

PÄIHDEKUOLEMA LÄHEISEN KERTOMANA

Tiina Erkkilä

Helsingin yliopisto

Valtiotieteellinen tiedekunta

Sosiaalityö

Pro gradu -tutkielma

Marraskuu 2020



HELSINGIN YLIOPISTO
HELSINGFORS UNIVERSITET
UNIVERSITY OF HELSINKI

Tiedekunta/Osasto – Fakultet/Sektion – Faculty Valtiotieteellinen tiedekunta		Laitos – Institution – Department Sosiaalitieteiden laitos
Tekijä – Författare – Author Tiina Erkkilä		
Työn nimi – Arbetets titel – Title Päihdekuolema läheisen kertomana		
Oppiaine – Läroämne – Subject Sosiaalityö		
Työn laji – Arbetets art – Level Pro gradu -tutkielma	Aika – Datum – Month and year Marraskuu 2020	Sivumäärä – Sidoantal – Number of pages 94 + 3 liitettä
Tiivistelmä – Referat – Abstract <p>Pro gradu -tutkielmassani tarkastelen päihdekuolemaa läheisten näkökulmasta. Päihdekuolema koskettaa välillisesti monia, mutta siitä huolimatta suomalainen tutkimus päihteisiin kuolleiden läheisistä on hyvin vähäistä. Tutkimuksen kohteena on läheisten reflektiiviset kokemukset menetyksestä ja surusta. Tutkielmassani kysyn, mitä läheiset kertovat menetyksestään ja millaisia merkityksiä menetys saa, sekä mitkä tekijät helpottavat surussa elämistä.</p> <p>Tutkielma on laadullinen narratiivinen tutkimus. Tutkielman aineisto koostuu seitsemän läheisen kertomuksesta, joista yksi on sisaren ja loput äidin näkökulmasta kerrottuja. Kertomuksista yksi on kirjoitus ja muut narratiivisesti tai episodisesti toteutettuja yksilöhaastatteluja. Myös aineiston analyysissä on sovellettu narratiivista tutkimusotetta. Analyysissä kiinnostus kohdistuu kertomusten sisältöön ja teemoihin osana kertomuksen ajallista etenemistä. Kertomusten temaattinen analyysi on siis tapahtunut suhteessa kerronnassa ilmeneviin aikakehyksiin. Aikakehykset olen jakanut aikaan ennen perheenjäsenen kuolemaa, kuoleman jälkeisiin ensihetkiin ja ensihetkien jälkeiseen aikaan ulottuen nykyisyyteen ja tulevaisuuteen saakka.</p> <p>Kertomuksissa monet läheiset kokivat menettäneensä perheenjäsenensä osittain jo ennen kuolemaa päihteidenkäytön vuoksi. Kertomuksissa kuoleman pelko ja kuolemaan valmistautuminen saivat vastaparikseen toivon paremmasta. Elämä päihteidenkäyttäjän läheisenä kuvautui uuvuttavana, mutta hyvät välit perheenjäsenen koettiin surua helpottavana tekijänä kuoleman jälkeen. Suruviestin saaminen ilmeni kertomuksissa herkkänä tilanteena, joka vaatii sen tuojalta sensitiivisyyttä ja stigman vastustamista. Reaktiot suruviestiin vaihtelivat, mutta yhteistä kertomuksissa oli epäuskon tunne, kuolema ei heti tuntunut todelta. Vainajan näkeminen ja koskettaminen sekä suruviestin sosiaalinen jakaminen tekivät kuolemaa vähitellen todemmaksi. Mielekäs tekeminen koettiin helpottavana. Toisaalta tekeminen sai myös pakottavia merkityksiä ja esimerkiksi liiallinen työnteko saattoi myöhemmin ilmetä surukokemuksen tukahduttamisena. Ensihetkien jälkeen puhuminen, erityisesti vertaisten ja ystävien kanssa, mainittiin tärkeimpänä helpottavana tekijänä surussa elämiseen. Ristiriitaisena tunteena mainittiin helpotuksen tunne, että perheenjäsen on nyt turvassa, eikä hänen enää tarvitse kärsiä. Läheisten kertomuksissa kuolemalle etsittiin merkityksiä ja tarkoituksia esimerkiksi siitä, että omalla kokemuksellaan voisi auttaa muita samassa tilanteessa olevia tai voisi säästää jonkun toisen päihteidenkäyttäjän kuolemalta. Toisaalta pitkään kestäneelle perheenjäsenen kärsimykselle voi olla mahdollonta löytää tarkoitusta. Kertomuksista ilmenee, että alkuvaiheiden tuska on vähentynyt, mutta suru ei tule häviämään koskaan. Suru ja menetys ulottuvat tulevaan aikaan myös siten, että yhteinen tulevaisuus yhteisine kokemuksiineen on menetetty.</p> <p>Tutkielman tulosten perusteella voi päätellä, että päihteisiin kuolleiden läheisillä oli halu kertoa perheenjäsenestään kokonainen kertomus, minkä narratiivinen tutkimusote myös mahdollisti. Tulokset kyseenalaistavat elämän ja kuoleman kysymysten dikotomisen erottelun. Kuolema ja menetys ovat osa päihteidenkäyttäjän läheisten elämää jo paljon ennen varsinaista kuolemaa. Suhde kuolleeseen ei myöskään automaattisesti pääty kuolemaan, vaan siteen voidaan ajatella jatkuvan. Tulokset myös vahvistavat käsitystä siitä, että surulle ei voida asettaa vaiheita tai aikarajoja, vaan menetykokemus on yksilöllinen ja ajaton.</p>		
Avainsanat – Nyckelord – Keywords päihdekuolema, huumekuolema, suru, menetys, narratiivinen		

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	3
2 TUTKIELMAN ASEMOINTI SUHTEESSA AIEMPAAN TUTKIMUKSEEN	5
2.1 Päihdekuolema ilmiönä	5
2.2 Päihdekuoleman erityispiirteitä läheisen näkökulmasta	9
2.2.1 Kuormittava arki ja traumatisoiva kuolema	11
2.2.2 Häpeä, stigma ja epäoikeutettu suru	13
2.2.3 Muistelu ja merkityksellistäminen	15
2.3 Käsityksiä surusta	17
3 TUTKIELMAN TOTEUTUS	21
3.1 Tutkimuskysymykset	21
3.2 Sosiaalinen konstruktionismi ja narratiivisuus teoreettis-metodologisina lähtökohtina	22
3.3 Tutkimusaineisto ja sen hankinta	26
3.4 Tutkimusaineiston analyysi	30
3.5 Tutkimuseettinen pohdinta	33
4 ANALYYSI: MENETYKSEN MERKITYKSIÄ JA SURUSSA ELÄMISTÄ	37
4.1 Kertomuksia ajasta ennen perheenjäsenen kuolemaa	37
4.1.1 Kertomus alkaa	37
4.1.2 Perheenjäsenen menettäminen päihteille	41
4.1.3 Pelko perheenjäsenen kuolemasta ja menetykseen valmistautuminen	45
4.2 Kertomuksia menetyksen ensihetkiltä	49
4.2.1 Kun tieto tulee	49
4.2.2 Menetys tulee todemmaksi	54
4.2.3 Surun toiminnallisuus	56
4.3 Kertomuksia elämisestä surussa	60
4.3.1 Surua helpottava sanallistaminen	60
4.3.2 Surussa eläminen ja oikeus muistaa kokonaista menetettyä elämää	65
4.3.3 Ristiriitaiset tunteet ja muiden suhtautuminen	68
4.3.4 Merkitysten etsiminen kuolemalle ja katseen luominen tulevaan	73
5 YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET	77
5.1 Yhteenveto tuloksista	77
5.2 Johtopäätöksiä ja pohdintaa	82
6 LÄHTEET	87
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Päihdekuolema ei ole Suomessa uusi ilmiö. Viina on vienyt suomalaisia aina ja yhä enenevässä määrin vielä vuoteen 2007 saakka. Sen jälkeen alkoholin vuoksi kuolleiden määrä on pääpiirteissään hiljalleen vähentynyt. Alkoholi on kuitenkin edelleen erityisesti työikäisillä hyvin yleinen kuolinsyy. Päihdekuolema käsittää myös huumekuolemat, joiden määrä päinvastoin on jatkuvasti kasvanut viimeisen vuosikymmenen kuluessa. Erityisesti vuodesta 2015 lähtien huumeisiin on kuollut yhä enemmän suomalaisia. (Päihdetilastollinen vuosikirja 2019; Tilastokeskus 2018.)

Päihdekuolema siis koskettaa suhteellisen laajasti ihmisiä, mutta siitä huolimatta se mielletään hyvin marginaaliseksi ilmiöksi. Vaikutukset kuitenkin levittyvät laajemmalle yhteiskuntaan, kun huomioidaan päihdekuoleman välillinen vaikutus. Ihmisen kuoltua päihteisiin jäljelle jää usein monta surevaa. Surevan paikka ei ole helppo. Outi Hakolan (2014, 71) mukaan tämän päivän suomalaisessa yhteiskunnassa kuolemasta on vaikea puhua ja omaisia on vaikea kohdata. Tämän vuoksi omaiset saattavat kokea etäännyvänsä muusta yhteiskunnasta. Jos kuolemasta puhuminen on yleisestikin vaikeaa, voi päihdekuolemasta puhuminen olla vielä sitäkin vaikeampaa. Vaarana on, että sensitiivinen ilmiö vaietaan pois yhteiskunnallisesta tietoisuudesta.

Päihdekuolemaa ei ole liiemmin Suomessa tutkittu yhteiskunnallisesta suunnasta. Ensimmäinen laadullisia menetelmiä sisältävä väitöskirja ilmestyi vuonna 2018 (ks. Rönkä 2018). Läheisten näkökulma päihdekuolemassa ei sen sijaan ole suomalaisia tutkijoita toistaiseksi kiinnostanut, sillä tieteellinen tutkimus aiheesta on hyvin vähäistä. Lakitasolla päihteidenkäyttäjän läheiset huomioidaan siten, että palveluja on lain mukaan annettava myös päihteidenkäyttäjän läheisille avun, tuen ja hoidon tarpeen perusteella (Päihdehuoltolaki 1986/41 § 7). Lain toteutuminen arjen tasolla ei ole itsestäänselvyys edes elävien päihteidenkäyttäjien läheisten kohdalla, päihteidenkäyttäjän kuolemasta puhumattakaan.

Mediahuomiota päihdekuolema saa aika ajoin, etenkin viime aikoina, kun nuorten huumekuolemien määrä on ollut jatkuvassa kasvussa. Myös läheisen näkökulmaa on suomalaisessa mediassa tuotu esille viime vuosina yhä enemmän. Erityisesti huumeisiin kuolleiden nuorten

vanhemmat ovat uskaltaneet kertoa pähdekuolemasta omasta näkökulmastaan ja näin antaneet kasvot ilmiölle. Vähittäinen pähdekuoleman representaatioiden lisääntyminen julkisuudessa todennäköisesti lisää myös kiinnostusta aiheen tutkimiseen.

Pro gradu -tutkielmani lähestyy pähdekuolemaa nimenomaan läheisen näkökulmasta. Olen kiinnostunut siitä, mitä läheiset kertovat pähdekuolemasta ja millaisia merkityksiä he liittävät kokemukseensa. Suhtaudun suruun yksittäistä tunnetta laajemmin kokonaisvaltaisena menetyskokemuksena. Tutkielmassa menetyskokemusta lähestytään sosiaalisen konstruktio- nismien ja narratiivisuuden näkökulmista. Tämän tutkielman lähtökohtana olen pitänyt jokai- sen tutkimukseen osallistuvan subjektiivista kertomusta ja sen arvostamista. Tavoitteeni on ollut myös aineiston analyysissä säilyttää kerronnan rikkaus ja omakohtaisuus. Tutkielmaani varten olen kerännyt aineistoksi seitsemän läheisen kertomuksen pähdekuolemasta. Yksi kertomus on kirjoitus, loput kuusi on saatu haastattelemalla.

Oma kiinnostukseni tutkia pähdekuolemaa nousee monista syistä. Aiheella on kosketuspinta omaan elämään, mistä kumpuaa kiinnostukseni kuoleman tematiikkaa kohtaan. Keskeinen motivoiva tekijä tutkimukselle on myös kuolemaa ja surua koskevan tutkimuksen vähyys erityisesti sosiaalityössä. Suomalaisessa sosiaalityössä surun tutkiminen on ollut hyvin niuk- kaa, mikä on huolestuttavaa, sillä kuoleman ja surun kohtaaminen voi tulla ajankohtaiseksi sosiaalityön arjessa sen millä tahansa sektorilla. Sosiaalityön vähäinen tutkimus kuoleman ja surun teemoista useimmiten keskittyy juuri surevan kohtaamiseen näkökohtien. Tämän tut- kielman tarkoituksena on tuottaa tutkimusta yksilön maailmasta ja kokemuksista sosiaali- työtä varten (ks. Payne 2014, 6). Näen, että sosiaalityön holistinen ihmiskuva ja metateoreet- tinen näkemys ihmisestä ympäristössään (Forte 2014, 49) luovat otollisen pohjan tutkia myös kuolemaan ja suruun liittyviä kokemuksia. Holistinen ihmiskuva mahdollistaa myös mene- tyksen tutkimisen kokonaisvaltaisena kokemuksena.

Tutkielma etenee johdannosta taustoitukseen, jossa asemoin tutkielmani aiheesta aiempaan tehtyyn tutkimukseen. Taustoitan pähdekuolemaa ilmiönä käyden läpi sen yleisyyttä ja mää- rittelyjä, sekä selvitän, mitä pähdekuolemalla tässä tutkielmassa tarkoitetaan. Taustoituksen keskeinen osuus on pähdekuoleman erityispiirteiden läpikäyminen läheisen näkökulmasta katsottuna. Asemoin omaa tutkielmaani myös suhteessa laajempaan monitieteelliseen suru- tutkimukseen. Tämän jälkeen esittelen tutkielmani käytännön toteutuksen, eli kerron tutki-

musaineiston keräämisestä, aineiston analyysitavoista sekä eettisistä näkökohdista. Varsinaisessa analyysiosiossa puran haastattelukertomusten annin jaotellen sen kolmeen aikakehykseen ja edelleen teemoihin. Lopuksi esitän tutkielman johtopäätökset ja pohdin tutkimusprosessia sekä esittelen jatkotutkimustarpeet.

2 TUTKIELMAN ASEMOINTI SUHTEESSA AIEMPAAN TUTKIMUKSEEN

Seuraavassa esittelen päihdekuolemaan liittyvää tutkimusta sen osalta, kun katson sen olevan relevanttia oman tutkielmani kannalta. Ensiksi luon katsauksen päihdekuolemaan liittyvään tilastointiin ja määrittelen, mitä päihdekuolemalla tarkoitetaan tässä tutkielmassa. Päihdekuolemaan liittyvää yleisempää tutkimusta esittelen valikoidusti keskittyen lähinnä suomalaiseseen tutkimukseen ja päihdekuoleman riskitekijöihin. Sen sijaan tämän luvun pääpaino on sisällöllisesti tutkimuksessa, joka keskittyy päihdekuolemaan nimenomaan läheisen näkökulmasta. Lopuksi esittelen vielä suruun ja menetykseen keskittyvää tutkimusta ja tarkennan tämän tutkielman paikannusta suhteessa edellä mainittuihin tutkimuksellisiin suuntiin.

2.1 Päihdekuolema ilmiönä

Päihteidenkäyttö tunnustetaan vältettävissä olevaksi kuolinsyyksi. Silti päihteisiin kuolee miljoonia ihmisiä vuodessa. Maailmanlaajuinen tilastointi on hyvin hankalaa, mutta arviolta maailmassa alkoholiin kuolee noin kolme miljoonaa ja huumeisiin noin puoli miljoonaa ihmistä vuosittain. (Who 2020a; Who2020b.) Yhdysvalloissa huumekuolemista puhutaan jo suorastaan epidemiana niiden vuosituhannen vaihteen jälkeisen räjähdysmäisen kasvun vuoksi (Feigelman & Feigelman & Range 2020, 629).

Päihdekuolemat käsittävät sekä alkoholi- että huumekuolemat, vaikka ne useimmiten tilastoidaan erikseen. Päihdekuolemia tilastoidaankin hyvin monenlaisin perustein. Suomessa alkoholikuolemat jaetaan peruskuolemansyyn mukaisesti eri alkoholisairauksiin tai –myrkytyksiin sekä tapaturmaisiin alkoholimyrkytyksiin. Lisäksi tilastoidaan vielä alkoholin vaikutuksen alaisena väkivaltaisesti ja tapaturmaisesti kuolleet. Vuodesta 2007 lähtien alkoholi-kuolemat ovat olleet laskusuunnassa. Huomattavaa kuitenkin on, että viimeisimmän saatavilla olevan tilastointivuoden 2018 mukaan on tapahtunut kasvua alkoholikuolemien määrässä verrattuna vuoteen 2017. Vuonna 2018 Suomessa alkoholiin kuoli 2170 ihmistä. Alkoholiperäisiin syihin kuolleista suurin ikäryhmä oli yli 65 -vuotiaat ja noin kolme neljästä oli miehiä. (Päihdetilastollinen vuosikirja 2019, 70, 72-73.)

Suomessa huumekuolemat jaotellaan kuolinsyytilaston mukaisiin huumekuolemiin, huumausainemyrkytyksiin ja ainelöydöksiin ruumiinavauksessa. Kaikilla näillä mittareilla huumekuolemat ovat olleet kasvussa erityisesti viimeisen kolmen tilastoidun vuoden ajan 2015-2018. Huumeiden ja lääkkeiden päihdekäytön aiheuttamia tapaturmaisia myrkytyksiä tilastoitiin vuonna 2018 yhteensä 188, joka on 21 enemmän kuin edeltävänä vuonna. Lisäksi huumausainelöydöksiä tehtiin ruumiinavauksissa 442 kappaletta. 30-44 -vuotiaiden ikäluokassa huumemyrkytysten määrä on laskenut vuodesta 2017 vuoteen 2018, muissa ikäluokissa määrä on kasvanut. Nuorimmassa ikäluokassa 15-19 -vuotiailla huumekuolemat ovat viimeisen tarkasteluvuoden aikana lisääntyneet suhteellisesti eniten. Silti 35-44 -vuotiaita on määrällisesti eniten huumemyrkytyksiin kuolleissa, yhteensä 51 kuollutta vuonna 2018. (Päihdetilastollinen vuosikirja 2019, 71, 73-74.)

Euroopan humeraportin viimeisimmän julkaisun (2019) tarkastelujakso on vuodesta 2012 vuoteen 2017. Raportin mukaan huumekuolemien määrä Euroopan Unionin kokonaistarkastelussa on pysynyt suhteellisen tasaisena viimeisen kymmenen vuoden ajan. Maa- ja aluekohtaiset erot ovat kuitenkin suuria. Esimerkiksi Pohjois-Euroopassa huumekuolemia ilmoitetaan Euroopan keskitasoa enemmän. Väkilukuun suhteutettuna eniten kuolemantapauksia on Virossa ja Ruotsissa. Myös Suomi erottuu tilastossa erityisesti kahdella tavalla. Ensiksi Euroopassa keskimääräisesti 20-29 -vuotiaiden huumekuolemat ovat olleet laskusuunnassa tarkastelujaksolla. Suomessa tilanne on päinvastainen. Toiseksi suomalaisen huumekuoleman erityispiirteeksi voidaan tilastojen perusteella lukea buprenorfiinin osuus kuolemantapauksista.

pauksissa. (Euroopan huumeraaportti 2019, 79-81.) Buprenorfiiniin liittyvien kuolemantausten erityinen piirre on lisäksi se, että tällaiseen kuolemaan liittyy lähes aina myös rauhoittavien lääkkeiden ja alkoholin käyttö. Huumeidenkäyttäjät kertovat suonensisäisen buprenorfiinin päihdyttävän vaikutuksen heikkenevän melko pian käytön aloittamisesta, minkä vuoksi bentsodiatsepiinit ja alkoholi tulevat mukaan. Usein tällaiseen aineiden yhdistelmään on liitetty yliannostus, joka tulee viiveellä nukkuessa. (Salasuo ym. 2007, 20; Perälä 2009, 243; Piispa, 2011, 173.)

Päihdekuolemien tilastointi edellyttää johdonmukaista päihdekuoleman määrittelyä. Tilastot luovat yleiskatsauksen päihdekuolemista ja luovat siten pohjaa ja lisäävät ymmärrystä ilmiöstä, joka on tämän tutkielman taustalla. Oman tutkielmani kannalta päihdekuoleman määrittely ei kuitenkaan perustu tiukkoihin luokituksiin tai tilastoihin. Kun päihdekuolemaa tutkitaan läheisen näkökulmasta, nousee keskiöön läheisen näkemys päihteiden osuudesta kuolemaan. Valentine ja Bauld (2018) toteavat, että päihdekuolemaa läheisten näkökulmasta tutkittaessa päihdekuoleman määrittely on usein monenkirjavaa. Omainen ei välttämättä edes tiedä virallista kuolinsyytä tai oma käsitys voi erota virallisesti kirjatusta kuolinsyytä. Läheisen näkemyksen mukaan kuolema on voinut johtua päihteistä, vaikka sitä ei virallisesti ole kuolinsyyksi ilmoitettukaan. (Mt., 13.)

Toisaalta edes tilastoinnin näkökulmasta päihdekuoleman määrittely ei ole yksioikoista. Esimerkiksi itsemurhan ja päihdekuoleman välille voi olla vaikea tehdä rajausta, sillä päihteet ja itsemurha ilmiöinä limittyvät toisiinsa monin eri tavoin. Ensinnäkin alkoholipäihtymys on usein myötävaikuttavana kuolemansyynä itsemurhakuolleisuudessa (Mäki 2010, 37). Päihtymys itsemurhan tekohetkellä ei kuitenkaan anna riittävän laajaa kuvaa yhteydestä. Pirkolan, Suomisen ja Isometsän (2004, 423) katsauksen mukaan alkoholiriippuvuus lisää sekä itsemurha-ajatuksia, itsemurhayrityksiä ja toteutuneita itsemurhia. Katsaukseen mukaan otetuissa tutkimuksissa alkoholiriippuvuuden esiintyminen itsemurhan tehneillä vaihteli 15-56 prosentin välillä (mt., 426). Myös erilaiset mielenterveydelliset ongelmat ovat yhtä erottamaton osa päihdekuolemia (ks. Rönkä 2018, 42).

Hurme & Kotovirta (2005) pitävät huumekuoleman käsitettä epätarkkana ja ongelmallisena. Huumausaineet voivat olla kuolemaan johtanut ratkaiseva tekijä hyvin monenlaisissa tapauksissa, kuten itsemurhissa, henkirikoksissa, sairauskuolemissa tai liikennekuolemissa. Toisaalta edellä mainituissa kuolemissa kuolleen elimistöstä voi löytyä huumausainetta ilman,

että sillä on ollut ratkaisevaa merkitystä kuolemaan. (Mt., 223-224.) Kuolinsyytutkimuksissa voi olla hyvin vaikea varmistaa, onko yksittäisen kuoleman kohdalla kyseessä itsemurha vai tahaton päihteiden yliannostus. Jäljellejääneiden kannalta sillä kuitenkin voi olla merkitystä. Kuolleen omaisille tieto virallisesta kuolemansyystä voi auttaa selkeyttämään kuolemaan liittyviä merkityksiä. (Feigelman ym. 2012, 62.)

Tässä tutkielmassa ymmärrän päihdekuoleman kuolemaksi, johon päihteet ovat tavalla tai toisella olleet vaikuttamassa. Ymmärryksen mukaan päihteet ovat useimmiten vaikuttaneet kuolleen ihmisen elämään jo hänen elinaikanaan ja päihteidenkäyttö on ollut ongelmallista. Tutkielmani kannalta ei ole siis oleellista, mikä on kirjattu vainajan kuolinsyyksi. Näin ollen päihdekuolema käsittää myrkytyskuolemien ohella esimerkiksi itsemurhat tai väkivaltaisesti tapahtuneet kuolemat edellyttäen kuolleen henkilön ongelmallista päihteidenkäyttöä tämän elinaikana.

Tehdessäni laadullista tutkimusta aineistolähtöisellä otteella tärkeäksi nousee myös erityisesti tähän tutkimukseen osallistuneiden ihmisten omat käsitykset perheenjäsenensä kuolemasta. Tutkimukseen osallistuneiden perheenjäsenten virallinen kuolinsyy ei ole merkityksellistä tämän tutkielman kannalta, eivätkä kaikki edes olleet tietoisia lopullisesta kuolemansyystä. Kahteen tutkimukseen osallistuneen perheenjäsenen kuolemaan liittyy tiettävästi itsetuhoisuus. Kaikkien tutkielmaan osallistuneiden kertomuksiin kuitenkin liittyy perheenjäsenen päihdehistoria, jonka he katsovat vaikuttaneen tämän kuolemaan. He ovat tunnistaneeet oman tilanteensa kuvauksesta, jossa heidät määritellään ihmiseksi, jonka läheinen on kuollut päihteisiin tai päihteiden vuoksi.

Huumekuolemiin liittyvä yhteiskunnallinen tutkimus on ollut perinteisesti hyvin niukkaa ja Suomessa tutkimus on ollut pääosin toksikologista huumemyrkytysten tutkimista (Rönkä 2018, 26). Sekä suomalaisessa että kansainvälisessä tutkimuksessa yksi tutkimuksen tärkeä näkökulma on huumekuolemien riski tai todennäköisyys. Esimerkiksi jo lyhyt, vähintään yhden yön pituinen, sairaalajakso nostaa huumeidenkäyttäjän riskiä kuolla seuraavan neljän viikon aikana sairaalasta lähdön jälkeen (White ym. 2015, 9). Samoin vankilasta vapauduttuaan huumeidenkäyttäjän riski kuolla on tavallista suurempi kahden viikon kuluessa vapautumisesta (Merrall ym. 2010, 1549). Molempien ilmiöiden taustalla on päihdyttävän aineen sietokyvyn laskeminen. Jussi Perälän (2011) etnografinen tutkimus raottaa ilmiötä myös huu-

meidenkäyttäjän arjesta käsin, sillä vankilatuomion jälkeen huumeidenkäyttäjää usein odottaa sama elinympäristö kuin ennen tuomiota. Lisäksi pitkän huumeettoman kauden jälkeen voi seurata entistä holtittomampi päihteidenkäytön vaihe. Perälän tutkimuksen mukaan huumekuoleman riskiä nostaa myös aineiden sekakäyttö, yliannostukset ja suonensisäinen käyttö ylipäättään, ja huumeita käyttävät ovat näistä tietoisia. Lisäksi väkivaltaisuus on riski, vaikkakin huumeidenkäyttäjään kohdistuva kuolemaan johtava väkivalta on Suomessa harvinaista. (Mt., 144, 146, 192-193.)

Sanna Röngän (2018) väitöskirja on Suomessa ensimmäinen yhteiskuntatieteellisesti suuntautunut laadullisia menetelmiä hyödyntänyt väitöskirjatutkimus. Röngän tutkimuksen mukaan yleinen lääkkeellistyminen ja toisaalta sosiaalinen huono-osaisuus muodostavat selkeän riskin huumekuolemalle. Röngän mukaan lähes kolmasosa myrkytyksiin kuolleista huumeidenkäyttäjistä oli saanut myrkytyksen aiheuttanutta lääkettä lääkärin reseptillä kolmen vuoden aikana ennen kuolemaa. Myös heikko sosioekonominen asema suurentaa huumekuoleman riskiä. Esimerkiksi matala koulutus ja työttömyys ovat yhteydessä huumekuolemiin. Huumemyrkytyksiin kuolleista suurin osa on ollut toimeentulotuen piirissä. Röngän tutkimuksen tulokset eivät suoraan kerro huumekuoleman syy-seuraussuhteista, mutta tutkimus tunnustaa ilmiön taustan moniselitteisyyden. Esimerkiksi matalaan koulutustasoon vaikuttaa varhainen huumeidenkäytön aloitus koulupolun keskeyttäen. Myös pitkäaikaisiin päihdehäiriöihin kuolleilla yhteys sosiaaliseen huono-osaisuuteen on hyvin ilmeinen. (Mt., 22, 41-43.) Röngän tutkimus ei kuitenkaan anna vastauksia oman tutkielmani kannalta mielenkiintoiseen näkökulmaan lapsuudenperheen sosioekonomisen aseman tai muiden mahdollisten taustatekijöiden vaikutuksesta huumekuolemaan.

2.2 Päihdekuoleman erityispiirteitä läheisen näkökulmasta

Päihdekuolemien lisääntyessä ilmiö koskettaa välillisesti yhä useampaa ihmistä niin Suomessa kuin muuallakin maailmassa. Jokaista kuollutta kohden jää jäljelle useita ihmisiä, jotka potentiaalisesti kärsivät menetyksestä (Dyregrov ym. 2018). Tähän suhteutettuna päihdekuolemaa on tutkittu läheisen näkökulmasta melko vähän. Läheisen näkökulmasta tehtyä

suomalaista tieteellistä tutkimusta olen löytänyt kahden terveystieteiden pro gradu -tutkielman verran (Nurminen 2017; Vainio 2017). Lisäksi Sininauhaliitto on julkaissut kaksi opaskirjaa päihdekuoleman aiheuttamaa surua ammatissaan kohtaaville (Hänninen ym. 2017; Hänninen ym. 2020). Kansainvälinen tutkimus on muutaman viime vuoden aikana ollut selkeästi lisääntymään päin, kun kokonainen kirja (Valentine 2018) ja lisää tieteellisiä artikkeleita on julkaistu. Ensimmäinen systemaattinen kirjallisuuskatsaus (Titlestad ym. 2019) perheiden kokemuksista päihdekuolemasta on julkaisu vuonna 2019.

Titlestadin ym. (2019) kirjallisuuskatsaukseen on tarkan seulan avulla valittu yhteensä kahdeksan tutkimusta, joista seitsemän on laadullista tutkimusta. Katsaukseen mukaan otetut tutkimukset on tehty Norjassa, Tanskassa, Iso-Britanniassa, Yhdysvalloissa ja Brasiliassa. Tutkimuksissa on ollut osallistujia vaihtelevasti kahdesta 48:aan henkilöä. Titlestad ym. ovat jakaneet kirjallisuuskatsauksen tutkimusten teemat kolmeen yläteemaan, jotka ovat emotionaalinen vuoristorata, sosiaalisen tuen puute ja merkityksenanto. (Titlestad ym. 2019, 5-9.) Tämä alaluku käsittelee päihdekuoleman erityispiirteitä ja käytän väljästi piirteiden jaottelun apuna Titlestadin ym. kirjallisuuskatsauksen teemoja. Ensiksi kuitenkin avaan hieman sitä, kenet ymmärrämme läheisiksi päihdekuoleman yhteydessä.

Päihdekuolemaa läheisen näkökulmasta käsittelevissä tutkimuksissa, joita ei ole tehty tietyn ryhmän näkökulmasta, yliedustettuina ovat naiset, etenkin äidit, mutta myös puoliset (Templeton & Velleman 2018, 19; Titlestad ym. 2019, 6). Vanhempien ja erityisesti äitien osallistuvuuteen katsotaan vaikuttavan länsimainen käsitys tietystä elämän järjestyksestä, jonka oman lapsen kuolema rikkoo. Vanhemmat voivat ajatella epäonnistuneensa vanhempana ja pettäneen lapsensa. Huomionarvoista on myös se, että yhden lapsen kuolema voi myös muuttaa vanhemman suhdetta jäljellejääneisiin lapsiin. (Templeton ym. 2018, 117-118.) Koska isien osallistuminen tutkimuksiin on ollut vähäistä, tutkimuksissa vanhemmaksi nimettyjen kokemukset eivät kuitenkaan välttämättä ole yleistettävissä isän näkökulmaan, josta tutkimustietoa tulisi saada lisää (Templeton & Velleman 2018, 19). Muita ryhmiä, jotka ovat edustettuina tutkimuksessa, ovat lapset, sisarukset, muut sukulaiset ja ystävät. Ystävien suru näyttää tutkimuksissa jäävän sukulaisten surun varjoon. Erityisesti sisarusten kokemuksista lisätutkimusta kaivataan, kun huomioidaan, että sisarussuhde on usein elämän pisin ihmissuhde. (Templeton ym. 2018, 123-129.) Lisäksi omana ryhmänään pidetään niitä läheisiä,

joilla oma päihteidenkäyttö on ongelmallista. Päihteitä käyttäviä surevia koskevaa tutkimusta on edelleen hyvin vähän (ks. Wojtkowiak & Vanherf & Schuhmann 2019).

2.2.1 Kuormittava arki ja traumatisoiva kuolema

Titlestadin ym. (2019) kirjallisuuskatsauksessa tutkimuksia yhdistäväksi teemaksi nostetaan niin kutsuttu emotionaalinen vuoristorata, joka alkaa jo ennen läheisen kuolemaa ja jatkuu päihteidenkäyttäjän kuoltua. Useimmiten päihteidenkäyttö on jatkunut pitkään ennen kuolemaa, mikä lisää läheisten arjen kuormittavuutta. Usein päihdeongelmaan liittyy myös mielenterveysongelmia (Templeton ym. 2017, 60). Jotkut läheiset ovat todistaneet vuosien saatossa useita läheltä piti –tilanteita, kuten yliannostuksia ja itsemurhayrityksiä, mikä aiheuttaa stressiä ja kuormitusta (Templeton & Velleman 2018, 21). Erityisesti vanhemmat ovat kokeneet myös ristiriitaisia tunteita joutuessaan kääntämään selän päihteitä käyttävälle lapselleen, osoittamaan niin kutsuttua ‘kovaa rakkautta’ (tough love) suojellakseen itseään (Feigelman & Feigelman & Range 2020, 636). Toisaalta kuormittavaan ajanjaksoon voi liittyä myös halua ymmärtää päihteidenkäyttäjän todellisuutta, minkä vuoksi tutustutaan esimerkiksi riippuvuuksien tematiikkaan (Templeton & Velleman 2018, 18).

Aiemman tutkimuksen perusteella arjen kuormittavuuteen liittyy tiiviisti epävarmuus ja pitkään kestänyt pelko, että päihteidenkäyttäjä saattaa kuolla. Läheiset voivat myös ajatella jo menettäneensä läheisensä, ennen kuin kuolema on tosiasiallisesti tapahtunut. Englanninkielisessä tutkimuksessa tästä käytetään käsitettä ‘living bereavement’ tai ‘death spiral’. (Titlestad 2019, 8; Templeton & Velleman 2018, 22-23; Feigelman, Feigelman & Range 2020, 633.) Pienessä (n=6) brasilialaisessa tutkimuksessa asetelma on mielenkiintoinen, sillä puolet osallistuneista läheisistä ei tiennyt perheenjäsenen päihteidenkäytöstä mitään ennen tämän kuolemaa. Epäusko, viha ja syyllisyys siitä, että ei ole tiennyt päihteidenkäytöstä jatkuivat tällä ryhmällä pitkään. Sen sijaan he, jotka tiesivät päihteidenkäytöstä, tunsivat tuskan ja vihan ohella myös ambivalentteja tunteita, kuten helpotusta siitä, että perheenjäsenen kärsimys päättyi. Kyseessä on ‘verhottu valmistautuminen’ kuolemaan, jonka pelkäsi tapahtuvan. (da Silva & Noto & Formigoni 2007, 301, 303-304.) Toisaalta kuolema voi tulla täysin yllättäen myös sellaisille läheisille, jotka ovat tienneet päihteidenkäytöstä ennen kuolemaa

(Templeton ym. 2017, 61). Huomattavaa on sekin, että mikäli ennen kuolemaa päihteiden käyttäjä oli jotenkin edistynyt raitistumisessaan tai saanut muulla tavalla elämäänsä järjestykseen, kokivat läheiset kuoleman erityisen raskaaksi (Ford ym. 2018, 45; Titlestad 2019, 8).

Aiemman tutkimuksen perusteella aika juuri kuoleman jälkeen näyttäytyy jälkeensä sumealta ja siihen liittyy paljon virallisten asioiden hoitamista. Esimerkiksi poliisin kanssa asiointi ja poliisin suhtautuminen saattoivat aiheuttaa ylimääräistä stressiä. Poliisitutkintojen ja muun virallisen asioiden hoitamisen jälkeen hautajaisten järjestely sen sijaan voi tuntua ensimmäiseltä asialta, josta läheinen on voinut ottaa vastuun. (Ford ym. 2018, 47, 49, 55.) Suurin osa päihdekuolemaa läheisen näkökulmasta käsittelevästä tutkimuksesta on tehty Englannissa ja Skotlannissa, jossa palvelujärjestelmä poikkeaa monilta osin suomalaisesta palvelujärjestelmästä, mihin en tässä aio syventyä. Kuitenkin palveluiden piiriin pääseminen ja navigointi järjestelmässä ovat läheisille vaikeaa etenkin traumaattisen menetyksen jälkeen. Palvelut ovat fragmentoituneet moneen paikkaan, eikä erityisosaamista välttämättä ole saatavilla. Erityisesti päihteisiin kuolleiden omaisille suunnattujen sururyhmien järjestämiseen tulisi kiinnittää huomiota. (McKell & Valentine & Walter 2018.) Mielenkiintoinen huomio Englannista ja Skotlannista on myös se, että omaiset kokevat, että alkoholistien ja huumeidenkäyttäjien läheisille tulisi olla erilliset sururyhmät (Walter & Ford 2018, 77; ks. myös seuraava alaluku).

Tutkimusten mukaan traumaattinen päihdekuolema voi aiheuttaa läheiselle erilaisia fyysisiä ja psyykkisiä terveysongelmia (Lambert 2018, 11; Templeton & Velleman 2018, 21). Esimerkiksi vanhemmilla, joiden lapsi on kuollut huumeiden yliannostukseen, raportoidaan enemmän mielenterveydellisiä ongelmia kuin vanhemmilla, joiden lapsi on kuollut niin sanotun luonnollisen syyn seurauksena. Ongelmat voivat olla masennusta, post-traumaattista stressiä tai erilaisia suremiseen liittyviä vaikeuksia. (Feigelman & Jordan & Gorman 2011, 306, 311.) Tästäkin syystä olisi ensiarvoisen tärkeää, että palvelujärjestelmä huomioisi paremmin päihteidenkäyttäjän läheiset myös kuoleman kohdatessa. Toisaalta oman lähipiirin tärkeys korostuu suremisessa. Mikäli surua ei voi syystä tai toisesta jakaa omien perheenjäsenten kanssa, voi se aiheuttaa kokemuksen tärkeän tuen puuttumisesta (Ford ym. 2018, 57).

2.2.2 Häpeä, stigma ja epäoikeutettu suru

Läheisten näkökulmasta tehtyyn päihdekuoleman tutkimukseen liittyvät erottamattomana osana häpeän ja stigman kokemukset. Esimerkiksi vanhemmista osa tuntee syyllisyyttä ja epäonnistumista vanhempana, kun lapsi alkaa käyttää huumeita. Syyllisyys voi edelleen jatkua vahvana kuoleman jälkeen. (Templeton ym. 2017, 62.) Titlestadin ym. (2019, 8) kirjallisuuskatsauksessa kuvaillaan tilannetta sosiaalisen ympäristön ymmärtämättömyytenä, joka viittaa stigmatisaatioon ja siitä johtuviin vaikeuksiin saada tukea ja apua. Kuten stigma yleensäkin (ks. Goffman 1963), myös päihdekuolemaan liittyvä stigma juontaa stereotypisoivaan luokitteluun, jossa ihmiset jaetaan ‘meihin’, joita päihdekuolema ei kosketa ja ‘heihin’, joiden elämää se leimaa. Tällä tavoin asettaudutaan etäälle päihdekuolemista. Päihdekuolemaa voidaan pitää erityisenä kuolemana (special death), joka poikkeaa normeista ja siksi se halutaan työntää mahdollisimman syrjään. (Walter & Ford 2018, 73-74; Guy & Holloway 2007, 89.) Tutkimus myös osoittaa, että päihdekuolleen lapsen vanhemmat kokevat yhtä paljon stigmatisointia kuin vanhemmat, joiden lapsi on tehnyt itsemurhan, mikä puolestaan on merkittävästi enemmän kuin sellaisilla vanhemmilla, joiden lapsi on kuollut niin sanotusti luonnollisesti tai muunlaisen tapaturman seurauksena (Feigelman & Jordan & Gorman 2011, 305-306).

Päihdekuolemaan liitettyllä stigmalla on hierarkkisia piirteitä. Walterin ja Fordin (2018, 76) mukaan erityisesti heroiniä käyttäneiden ja yleisemmin suonensisäisesti huumeita käyttäneiden omaiset kokevat muita vahvempaa leimaamista. Alkoholiin kuolleiden läheiset taas kokevat vähemmän leimaamista oletettavasti sen vuoksi, että alkoholi on laillista, eikä sen käyttöön liity suoraan rikollisuutta. Stigman hierarkkisuus voi perustua myös päihdekuolleen elämäntilanteeseen esimerkiksi siten, että jos kuollut on käynyt töissä tai muuten elänyt sosiaalisten normien mukaan, on läheisten kokema leimaaminen vähäisempää. Stigman hierarkkisuuteen liittyy myös tarve eriyttää omaisille järjestettäviä sururyhmiä sen mukaan, mitä päihdettä kuollut on käyttänyt. (Mt., 76-77.)

Päihdekuolemaan liitetään stigman ohella tai pikemminkin siihen liittyen myös niin kutsuttu epäoikeutettu suru (disenfranchised grief). Kenneth Doka (2008) mukaan jokaisessa yhteiskunnassa on suremiselle tietyt sosiaaliset kehykset, jotka määrittävät menetykseen liittyviä tunteita, ajatuksia ja käyttäytymistä. Doka kuvaa epäoikeutetun surun käsitteellä surua, jolle

ei ole lupaa tai oikeutta tiettyssä sosiaalisessa kehyksessä. Hän olettaa, että surun epäoikeutus voi tapahtua monella tavalla ja monista syistä. Taustalla voi olla tilanne, jossa kuolleen ja surevan välistä suhdetta ei tunnusteta tai menetystä sinänsä ei tunnusteta. Sureva voidaan myös jättää ulkopuolelle, koska hänen ei katsota olevan kykenevä suremaan. Myös olosuhteet, jossa kuolema tapahtuu, voi johtaa surun epäoikeuttamiseen, erityisesti jos niihin liitetään häpeää ja ahdistusta. (Doka, 2008, 225, 229-233.)

Päihdekuoleman yhteydessä epäoikeutus voi liittyä kaikkiin edellä mainittuihin perusteisiin. Perheenjäsenten epäoikeutetun surun kokemukset liittyvät erityisesti siihen, että menetystä ei tunnusteta yhteisössä tai yhteiskunnassa, sekä kuolemaan liittyviin olosuhteisiin, jotka yhteisön silmissä voivat olla moraalittomia, häpeällisiä ja rikollisia. Myös jos kuolema katsotaan itseaiheutetuksi, surulta voidaan viedä arvo, mikä vaikeuttaa kokemuksen jakamista ja näin myös tuen saamista suruun (Valentine, Bauld & Walter 2016, 291). Epäoikeutus voi tapahtua yksilön lähipiirissä, yhteisössä, mutta myös laajemmin yhteiskunnassa. Loukkaava ja epäsopiva kommentointi voi tulla perheenjäsenten, ystävien, kollegoiden tai esimerkiksi viranomaisten taholta. Myös median tuottama kuva päihdekuolemista voi vahvistaa käsitystä, ettei päihdekuoleman sureminen olisi oikeutettua. (Walter & Ford 2018, 69.) Päihdekuoleman aiheuttaman surun epäoikeutus voi kohdistua myös esimerkiksi kuolleen ystäviin, jotka voivat tuntea, että heidän suruaan ei oteta todesta kuten perheenjäsenten surua, vaikka suhde olisikin ollut hyvin läheinen (Templeton ym. 2018, 126).

Feigelmanin ym. (2012, 65) mukaan päihdekuolemiin liittyy kuitenkin surun epäoikeutustakin vahvempi aktiivisen sosiaalisen stigmatisoinnin prosessi. Myös muissa tutkimuksissa jotkut päihhteisiin kuolleen omaiset ovat tunteneet itsensä 'toisen luokan kansalaisiksi'. Erityisesti median tuottama välinpitämätön kuva voi vahvistaa tunnetta erilaisuudesta. Kaiken kaikkiaan stigman koetaan tekevän pahasta tilanteesta vielä pahempi. Toisaalta empatia ja pienetkin myötätunnon eleet voivat kuroa pienemmäksi kuilua päihhteisiin kuolleen läheisen ja muiden väliltä. (Templeton ym. 2017, 63; Walter & Ford 2018, 74-75, 84.)

2.2.3 Muistelu ja merkityksellistämien

Häpeän kokemukset ja stigmatisointi vaikuttavat myös läheisten mahdollisuuksiin muistaa kuollutta ja antaa merkityksiä kuolemalle. Aiemman tutkimuksen perusteella esimerkiksi hautajaisista voi muodostua hyvin erilaisia kokemuksia eri ihmisille. Monet läheiset pitivät hautajaisia mahdollisuutena juhlia menehtynyttä läheistä ihmisenä ja hänen elämäänsä. Jotkut eivät muista hautajaisista mitään esimerkiksi shokkitilan vuoksi. Toisille hautajaiset ovat jääneet mieleen vaikeina esimerkiksi sen vuoksi, että he ovat kokeneet tilaisuuden tulleen stigmatisoiduksi kuolinsyyn vuoksi. (Ford ym. 2018, 55; Valentine & Templeton 2018, 93-94.) Ylipäänsä päihteisiin kuolleiden läheisillä voi olla vaikeuksia muistella kuollutta ihmistä, mikäli suhteessa on ollut paljon ristiriitoja. Tämä tulee esille erityisesti tilanteissa, joissa kuollut on vanhempi ja suremaan jäänyt tämän lapsi. Toisaalta moni kokee tärkeänä muistella erityisesti myönteisiä asioita, jotka ovat tapahtuneet ennen päihteidenkäyttöä tai päihteidenkäytöstä huolimatta. (Valentine & Templeton 2018, 103.)

Muisteleminen voidaan nähdä myös yhteyden jatkamisena kuolleeseen. Tämä voi tapahtua yksityisesti tai yhteisöllisesti. Päihdekuolemaa koskevassa kirjallisuudessa on runsaasti esimerkkejä siitä, kuinka läheiset pyrkivät siihen, ettei side kuolleeseen katkeaisi. Esimerkiksi haudalla käyminen, puhuminen edesmenneelle ihmiselle tai vaikka kirjeiden tai syntymäpäiväkorttien kirjoittaminen voidaan nähdä osoituksena siteen jatkamisesta. (Valentine & Templeton 2018, 116; Valentine & Walter 2015, 319.)

Muistelun lisäksi monille omaisille merkityksen etsiminen kuolemalle on tärkeää elämän jatkamisen kannalta (Titlestad 2019, 8). Merkityksen etsiminen voi tarkoittaa käytännön kysymyksiä siitä, miten ihminen on kuollut, suhteisiin liittyviä kysymyksiä, kuten kuka minä nyt olen tai eksistentiaalisia tai spirituaalisia kysymyksiä siitä, miksi esimerkiksi jumala antoi kuoleman tapahtua. Suruun ei aina liity merkityksen etsimistä, mutta traumaattisen menetyksen kohdalla se on yleisempää. (Neimeyer & Sands 2011, 11-12.) Gillies ja Neimeyer (2006) ovat pääasiassa eri psykologisten teorioiden pohjalta luoneet mallin merkityksen luomisesta tai merkityksellistämisestä (meaning making) kuolemansuruun liittyen. Heidän mukaansa merkityksen etsimisessä on kolme erilaista väylää: menetyksen käsittäminen sille syitä etsimällä, jonkin positiivisen etsiminen menetyksestä ja persoonallinen kasvu. (Mt., 55.)

Käytännössä merkitysten etsiminen voi tapahtua lähes millä tavalla tahansa. Tutkimuskirjallisuudessa nousee esiin esimerkiksi suremaan jääneen läheisen halu hankkia tietoa riippuvuuksista. Päihderiippuvuuden ymmärtäminen aivoperäisenä sairautena voi olla läheiselle helpottava tekijä merkityksen etsimisessä. Tiedon hankkiminen voi auttaa ymmärtämään syitä sille, miksi kuollut ihminen käytti päihteitä ja näin kuolema asetetaan laajempaan kontekstiin. (Valentine & Walter 2015, 314; Valentine & Templeton 2018, 104; Feigelman & Feigelman & Range 2020, 645.) Joillekin merkitysten etsintä voi tarkoittaa sitä, että yrittää omalla toiminnallaan säästää muita huumekuolemalta. Tästä esimerkkinä ovat vertaistuen antaminen, oman tarinan jakaminen julkisuudessa tai vaikka poliittinen aktiivisuus asian tiimoilta. Tutkimuksissa tulee esiin myös päihteisiin kuolleiden läheisten kouluttautuminen aloille, joilla liikutaan päihdekuoleman tematiikan ympärillä. Merkitysten etsiminen kuvautuu monisyisinä prosesseina. Alulle paneva voima voi olla esimerkiksi itsensä syyttäminen kuolemasta tai halu käydä läpi suhdettaan kuolleeseen henkilöön. Oman identiteetin rakentamisen ja edesmenneeseen yhteyden rakentamisen lisäksi merkitysten etsiminen näyttää myös kietoutuvan yhteen päihdekuolemaan liitettyä stigman vastustamisen kanssa. (Titlestad ym. 2019, 8-9; Valentine & Walter 2015, 315-316.)

Jotkut edellä mainituista merkitysten etsimisen muodoista on nähtävissä vastapuheena päihdekuolemaan liittyvää kategorisointia vastaan. Juhilan (2004) mukaan vastapuhe viittaa leimattua identiteettiä vastustaviin tekoihin, joiden tarkoitus on kyseenalaistaa kategoriat, joihin leimaaminen eli stigmatisointi perustuu. Kyseessä on tietynlainen identiteettineuvottelu, joka voi ilmetä tavallisuusretoriikkana. Tällöin yksilö korostaa tavallisuuttaan ja oma minä erotetaan leimatun ryhmän ominaisuuksista. Toinen vastapuheen muoto on Juhilan mukaan eron politiikka, jossa etsitään eroavia minän esittämisen tapoja hallitsevien kategorioiden rinnalle, ei alisteiseksi. (Juhila 2004, 29-31.)

Merkityksen etsimiseen ja löytämiseen liitetään päihdekuolemaa käsittelevässä tutkimuskirjallisuudessa myös niin sanottu posttraumaattinen kasvu. Feigelmanin, Feigelmanin ja Rangen (2020) tutkimuksen mukaan posttraumaattinen kasvu on ikään kuin viimeinen vaihe selviytymisessä tai paranemisessa (recovery). Heidän mukaansa tällaisen kasvun edellytyksenä on, että läheinen, heidän tutkimuksessaan vanhempi, pystyy olemaan avoin lapsensa kuolemasta ja siihen johtaneista olosuhteista. Useimmiten posttraumaattisen kasvun ajatellaan vievän vuosia. (Mt., 642-644.) Feigelmanin, Feigelmanin ja Rangen (2020) tutkimuksessa kuva

päihdekuoleman aiheuttamasta surusta kuvataan hyvin prosessimaiseksi. Tutkijat kyllä toteavat, että posttraumaattinen kasvu ei tule ajankohtaiseksi kaikille (mt., 633), mutta silti siitä luodaan hyvin kaavamainen kuva. Edellä mainitussa tutkimuksessa posttraumaattisen kasvun voi tulkita olevan surun ylin tavoiteltava tila, mikä taas mielestäni luo normatiivisia odotuksia suremiselle.

Uuden näkökulman merkityksen etsimiselle tuo Wojtkowiakin, Vanherfin ja Schuhmannin (2019) tutkimus kovien huumeiden käyttäjien merkityksenannosta. Kovien huumeiden käyttäjillä sureminen näyttäytyy erityisen fragmentaarisenä johtuen päihteidenkäytöstä, sillä esimerkiksi heroiinin tiedetään vaikuttavan emootioiden tuntemiseen. Päihteidenkäyttäjät myös kokivat ulkopuolisuutta suhteessa surun sosiaalisiin ja rituaalisiin ulottuvuuksiin, erityisesti stigmatisoinnista johtuen. Kuoleman merkityksien rakentamisessa päihteitä käyttäviä surevia helpottaa kuoleman hyväksyminen. He suhtautuivat kuolemaan hyväksyen sen niin omalla kuin läheistensä kohdalla. Joillakin vastanneista kovien huumeiden käyttäjistä läheisten kuolema oli saanut aikaan sen, että tuntee itsensä vahvemmaksiksi tai arvostaa nyt elämää enemmän, mikä ei kuitenkaan ilmennyt omaan tulevaisuuteen tai sosiaalisiin suhteisiin orientoitumisena. Tutkimus avaa uudenlaisen näkökulman päihdekuoleman aiheuttamaan suruun ja on erittäin tärkeä myös siksi, että huumeidenkäyttäjät menettävät muita todennäköisemmin useita läheisiään päihteille. (Mt., 123, 126-128.)

2.3 Käsitteitä surusta

Kuolemasta ja siitä johtuvasta surusta on maailmanlaajuisesti hyvin paljon ja hyvin monenlaista tutkimusta. Englanninkielisessä tutkimuskirjallisuudessa surututkimuksen alle sijoittuu sekä *grief* että *bereavement* -käsitteet, joista ensimmäinen vastaa suomen kielen sanaa suru. *Bereavement* -sanalle ei ole yksioikoista suomennosta, mutta se viittaa menetykseen tilana tai ajanjaksona. Bereavement viittaa nimenomaan kuolemaan liittyvään menetykseen, kun taas sana *loss* on käytössä laajemmassa merkityksessä kaikenlaisen menetyksen kuvaamiseksi. *Mourning* viittaa suremiseen toimintana ja käyttäytymisenä. (Merriam-Webster 2020.) Tämän luvun lopussa palaan surun määrittelyyn uudelleen oman tutkielmani kontekstissa.

Yleisesti ottaen Suomessa kuolema on surua selvästi tutkitumpi aihe (Pulkkinen 2016, 20-21). Anglosaksisessa maailmassa käytännön sosiaalityön asiantuntemusta kuoleman ja surun kysymyksissä pidetään arvossa, mutta siihen nähden sosiaalityön tutkimus on aiheesta niukkaa. Sosiaalityön tutkimuksen pääpaino on eritoten sosiaalityön ammatillisissa käytännöissä liittyen kuoleman ja kuolevan ja tämän läheisten kohtaamiseen. (Goldsworthy 2005, 170.) Suomessa sosiaalityön alalla surun tutkimisella ei ole pitkiä perinteitä. Suomalaisessa sosiaalityön tutkimuksessa kuolemaa ja surua on tarkasteltu enimmäkseen gerontologisen – ja terveysosiaalityön lähtökohdista (ks. esim. Koskinen & Seppänen 2020).

Sosiaalityöstä ei löydy omia surun teorioita, vaan ne lainataan pitkälti psykologian puolelta (Goldsworthy 2005, 170). Surua onkin perinteisesti tutkittu erityisesti psykologian ja hoitotieteen aloilla. Surun vaiheiden teoretisointi on alkanut jo 1960-luvulla jatkuen vuosikymmeniä merkittävimpänä surun teoreettisena mallina. Surun vaiheteoriat perustuvat ajatukselle, että ajan kuluessa suru hälvenee tiettyjä vaiheita noudattaen ja surusta paranee lopulta. Vaiheittaisuuden on ajateltu luovan tietynlaiset raamit tai ideaalikehityksen, johon yksilön surua ja sen odotuksia voi peilata. (Erjanti 1999, 39-40; Pulkkinen 2016, 47; Weiss 2008, 33.) Surun vaiheteorian ohella myös kiintymyssuhdeteoria on vaikuttanut käsityksiin surusta. Kiintymyssuhteen laadun on ajateltu olevan merkityksellistä surun laadulle ja voimakkuudelle ja tietynlaisten kiintymyssuhteiden ennustavan pitkittyvää surua (Archer 2008, 58-59). Aikaisemmissa teorioissa kiintymyssuhteen katkaisu nähdään edellytyksenä surun saamiseksi päätökseen, mikä puolestaan edellyttää aktiivista surutyötä (Field 2008, 114). Myöhempään tutkimukseen taas liittyy käsitys jatkuvasta siteestä (continuing bond), joka Pulkkinen (2016, 50) sanoin ylittää fyysisen ihmiselämän rajat. Tämän ajattelutavan mukaan suhde läheiseen ihmiseen ei siis katkea tämän kuoltua, vaan jatkuu uudessa muodossa. Jatkuvan siteen teorian mukaan suhde kuolleeseen tulee uudistaa menetyksen jälkeen ja sen ajatellaan helpottavan menetykseen sopeutumista (Field & Worgin 2011, 37-38). Tutkimus siteiden jatkumisesta kuoleman jälkeen on saanut myös sosiaalitieteilijät kiinnostumaan aiheesta ja pohtimaan sosiaalisen siteen jatkumista (Valentine 2008). Resilienssin yhteys suruun on uusia psykologisia suuntauksia surututkimuksessa. Pulkkinen (2016) mukaan myös se nojaa ainakin jossain määrin ajatukseseen, että surusta selviytyminen on ideaalitila, jota kohti tulee pyrkiä. (Mt., 52.)

Psykologisiin prosesseihin ja surutyöhön perustuvat tavat ymmärtää surua ovat saaneet rinnalleen myös sosiologisempia surun tutkimisen suuntauksia. Esimerkiksi Kennyn ym. (2019) mukaan länsimaaisessa surututkimuksessa on edelleen vallalla implisiittinen oletus, että läheisen kuolema ja siihen liittyvä suru on 'aikalisä' normaalista sosiaalisesta elämästä. Heidän mukaansa surua edelleen ajatellaan ajallisena prosessina, suruaikana, joka on ajallisesti rajattu ja suhteellisen lyhyt, siihen liittyy tunnetyöskentelyä ja lopulta hyväksyntä. Oletuksena on käsitys surusta liminaalitulana kuoleman jälkeen ennen selviytymistä: tietyn ajanjakson aikana ihminen ei kykene toimimaan tavanomaisella tavalla, mutta ajanjakson jälkeen ikään kuin palataan normaaliin sosiaaliseen elämään. Kenny ym. (2019) väittävät, että surun vaiheisiin ja lineaariseen etenemiseen pohjaava tutkimus on aiheuttanut risteymän, jossa normatiiviseksi luokitellut vaiheet ja eletyn elämän kokemukset eivät kohtaa. Elämässä eteenpäin menemisen, selviytymisen tai parantumisen vaade on kova, mutta yksittäisellä ihmisellä ei välttämättä ole siihen keinoja eikä edes halua. (Mt., 61, 71.) Käsitykseni mukaan Kennyn ym. (2019) näkemykset lähenevät edellä esiteltyä näkemystä jatkuvista siteistä ottaen kuitenkin korostetummin huomioon surukäsitysten sosiaalisen rakentumisen ja sen potentiaalisen yksilön surua rajoittavan vaikutuksen.

Myös suomalainen surututkimus on pitkälti pohjannut käsityksiin surusta työnä, traumaattisena kokemuksena ja/tai lineaarisena tai dynaamisena prosessina, joka tähtää selviytymiseen (ks. esim. Erjanti 1999; Poijula 2002; Saari & Silver 2005; Aho 2010). Mari Pulkkinen (2016) uskontotieteen väitöskirja edustaa aiempaa tutkimusta sosiologisempaa ja kokonaisvaltaisempaa käsitystä kuolemasta ja siihen liittyvästä surusta. Vallalla olevista medikalisoituneista sukukäsityksistä poiketen Pulkkinen ei pyri määrittämään surun normaalin ääriä. Sitä vastoin hän tarkastelee surua tavalla, joka *“irrottautuu surun ymmärtämisestä tunteiden dominoimaksi, yksilöpsykologiseksi työksi, vaiheittain tai ylipäättään jotakin kohti eteneväksi prosessiksi ja ajassa mitattavissa olevaksi häiriötilaksi”*. (Mt., 59).

Pulkkinen lähestyy surua kokonaisvaltaisena läheisen menettämisen kokemuksena, joka ei pelkisty suruun tunteena. Pulkkinen kuvaa kokemusta Lauri Rauhalaa (2005) mukaillen merkityssuhteena, jonka kautta maailma on annettu ihmiselle. Pulkkinen tulkitsee tämän niin, että ilmiöt ja niiden väliset suhteet merkitsevät aina jotakin yksittäiselle ihmiselle. Näin ollen myös jokainen menetys saa oman ainutkertaisen luonteensa. (Pulkkinen 2016, 59, 85, 89.)

Menetys kokonaisvaltaisena kokemuksena voidaan jakaa analyttisesti kolmeen osa-alueeseen. Ensimmäinen on kognitiivis-emotionaalinen tunteiden ja tajunnan ulottuvuus, jota Pulkkinen nimittää käsittämiseksi. Toinen on rituaalis-konatiivinen tekojen ja toiminnan ulottuvuus, eli käsitteleminen. Kolmas osa-alue on kielellis-käsitteellinen sanojen ja kielipin ulottuvuus, Pulkkinen termien käsitteellistäminen. (Mt., 93, 98, 102-103.) Ulottuvuudet ovat kokonaisen kokemuksen eri puolia, jotka on mahdollista analyttisesti eritellä, mutta jotka ovat kuitenkin jatkuvassa vuorovaikutuksessa ja osittain limittäisiä tai päällekkäisiä näkökulmia (mt., 118). Ulottuvuuksien lisäksi Pulkkinen erittelee läheisen menettämisen kokemukselle kaksi kontekstia. Ensinnäkin menetyksen kokemus on elämäntapahtuma, joka sijoittuu yksittäisen ihmisen elämänselkkuun. Elämänselku taas sijoittuu laajemmin sosiaaliseen kehykseen, jota Pulkkinen nimittää kuolemankulttuuriksi. Kuolemankulttuuri on menetyksen kulttuuris-yhteiskunnallinen konteksti, joka ei ole staattinen, vaan jatkuvasti muovautuva. (Mt., 105, 112-113, 115.) Kokemuksen kontekstointi vie Pulkkinen (2016) analyysimallin sosiaalisen konstruktionismin suuntaan, kun se olettaa, että yksittäinen kokemus rakentuu sosiaalisesti kuolemankulttuurissa, joka sekin muovautuu ajan kanssa vuorovaikutuksen myötä.

Tutkielmassani ymmärrän surun Mari Pulkkinen (2016) tavoin kokonaisvaltaisena kokemuksena pelkän tunnereaktion sijaan. Suru ja menetys saavatkin hyvin saman sisältöiset merkitykset kuolemaan liittyen. Omassa tutkielmassani menetys liittyy kuoleman lisäksi myös ajatuksen läheisen menettämisenstä päihteille ennen tämän kuolemaa. Olen myös kiinnostunut menetyksestä elämäntapahtumana, jolla on tietty kohta elämänselussa, mutta jonka vaikutukset eivät rajaudu vain siihen, vaan ulottuvat laajemmalle (ks. Pulkkinen 2016, 110). Tarkastelen surua ja menetystä suhteessa elämänselkuun ja aikaan, mutta en kuitenkaan ajallisesti rajattuina ilmiöinä. Kennyn ym. (2019) tavoin katson, että sureminen ei ole väliaikainen poikkeama, jolle on tiedossa tietty päätepiste tai tavoite. Ajallisuus on kiinnostukseni kohteena menetyksen merkityksien kautta, ei surun keston rajaamiseksi. Ajallisuuden rinnalla voidaan siis myös puhua surun ja menetyksen ajattomasta (ei väliaikaisesta) luonteesta.

Lopuksi haluan huomauttaa, että päihdekuolemaa on tutkittu verrattain vähän ja tutkimusta on tehty erilaisin ottein. On todennäköistä, että kun uutta tutkimusta tulee päihdekuolemaan liittyen yhä enemmän, käsitykset surusta moninaistuvat ja surun prosessinomaisuutta aletaan sen piirissä haastamaan (ks. esim. Wojtkowiak & Vanherf & Schuhmann 2019). Kuitenkin

esimerkiksi surun vaihteellisuus (ks. esim. Lambert 2018; Feigelman & Feigelman & Range 2020), surun kvantitatiivinen mittaaminen (ks. esim. Feigelman & Jordan & Gorman 2011) ja surun komplisoitunut tai traumaattinen luonne (ks. esim. Oreo & Ozgul 2006) ovat olleet ja ovat edelleen hyvin keskeisiä tapoja nähdä ja tutkia päihdekuoleman aiheuttamaa surua. Tämän tutkielman lähtökohtana pidän sitä, ettei päihdekuolemaan liittyvä menetys tai suru ole lähtökohtaisesti tai automaattisesti komplisoitunutta, ongelmallista tai edes traumaattista, vaan kuolemaan liittyvistä olosuhteista huolimatta suhtaudun menetykseen kokonaisvaltaisena kokemuksena.

3 TUTKIELMAN TOTEUTUS

Tässä luvussa esittelen, kuinka tutkielmani on toteutettu. Ensiksi esittelen tutkielman tekoa ohjaavat tutkimuskysymykset. Seuraavaksi kuvaan tutkielman teoreettis-metodologiset valinnat ja avaan sosiaalisen konstruktionismin ja narratiivisen tutkimuksen teoriaa ja lähtökohtia suhteessa tähän tutkielmaan. Sitten esittelen mistä tutkimusaineistoni koostuu, ja millä tavoin se on hankittu ja kuinka se on analysoitu. Luvun lopuksi kuvaan, millaisia tutkimuseettisiä valintoja olen tehnyt ja noudattanut tässä tutkielmassa.

3.1 Tutkimuskysymykset

Tämän tutkielman tehtävänä on selvittää, mitä läheiset, joiden perheenjäsen on kuollut päih-teisiin tai päihdeiden vuoksi, kertovat menetyksestään. Aiheen sensitiivisyydestä huolimatta pyrin siihen, että tutkielmani kysymyksenasettelu on sosiaalisesti integroiva leimaavan sijaan (Laitinen & Uusitalo 2006, 118). Kysymykset ovat muotoutuneet ja uudelleenmuotoutuneet tutkimusprosessin eri vaiheissa. Aloittaessani tutkielmaani ymmärrykseni surusta oli kapea kaistale tunnemaailmaa. Käsitkseni on tutkielman edetessä laajentunut tutkimaan kerrottua

kokemusta. Ymmärrän tutkimuskysymyksien muotoutumisen olevan prosessi, johon on vaikuttanut keräämäni aineiston ohella esimerkiksi aiemmassa luvussa esittelemäni taustakirjallisuus sekä muu aiempi tutkimus ja tietämys aiheesta.

Tutkimuskysymykseni ovat:

Mitä läheiset kertovat päihdekuolemaan liittyvästä menetykokemuksestaan?

Millaisia merkityksiä menetys ja suru saavat läheisten kertomuksissa?

Mitkä tekijät helpottavat surussa elämistä?

Tehtävänäni on siis selvittää, mitä läheiset kertovat perheenjäsenensä päihdekuolemasta ja kuinka he jäsentävät kokemustaan. Olen kiinnostunut siitä, millaisena menetykokemukset kuvataan kertomuksissa ja millaisia merkityksiä menetys ja siihen liittyvä suru saavat kertomuksissa. Lisäksi tutkielmani tarkoitus on selvittää, mitä asioita läheisten kertomuksissa nousee esiin surun kanssa elämistä helpottavina tekijöinä.

3.2 Sosiaalinen konstruktionismi ja narratiivisuus teoreettis-metodologisina lähtökoh- tina

Tutkielmani on laadullinen tutkimus ja käsitykseni tiedosta ja tieteestä nojaa konstruktionistiseen tietokäsitykseen, tarkemmin sosiaalisesti konstruoituun tietoon. Sosiaalinen konstruktionismi suhtautuu kriittisesti itsestään selvänä pidettyihin tapoihin ymmärtää maailmaa ja itseämme sen osana, ja näin haastaa positivismin ja empirismin tietokäsityksiä. Sosiaalisen konstruktionismin ajattelun mukaan kaikki ymmärtämisen tavat ovat historiallisesti ja kulttuurisesti spesifejä ja rakentuneita. Ymmärrys on siis relatiivista. Tieto on luonteeltaan kulttuurisesti rakentunutta ja se rakentuu nimenomaisesti ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Sosiaalisen konstruktionismin kiinnostus on ennen kaikkea kielessä sosiaalisen kanssakäymisen muotona, mutta kielen kautta mielenkiinto kohdistuu myös toimintaan. (Burr 2003, 2-5.)

Tutkielmani teoreettis-metodologiset lähtökohdat muodostavat kokonaisuuden, jossa sekä tieteenfilosofiset ja teoreettiset sitoumukset että metodologiset aineiston keruu- ja analyysitavat tukevat toisiaan. Tutkielmani on narratiivista tutkimusta, joka paikantuu sosiaalisen konstruktionismin alle. Narratiivista tutkimusta kuitenkin tehdään hyvin monella eri tieteenalalla. Se voi paikantua hyvin erilaisiin traditioihin myös tieteenfilosofisesti katsottuna. Narratiivisen tutkimuksen filosofisen kehys voidaan esimerkiksi nähdä ontologisena niin, että ihmisen olemassaolo ymmärretään olevan narratiivista lähtökohdiltaan (Hänninen 2000, 24). Itse en ymmärrä enkä käytä narratiivisuutta ontologisena viitekehyksenä, vaan katson narratiivisuutta ensisijaisesti sosiaalisen konstruktionismin kautta.

Narratiivinen tutkimus onkin sateenvarjokäsite, joka sisältää hyvin erilaisia lähestymistapoja. Yhteinen nimittäjä voi olla niinkin löyhä kuin narratiivin, tarinan tai kertomuksen käsitteen käyttö. Esimerkiksi Polkinghorne (1995, 5) viittaa narratiivilla juonen avulla temaattisesti järjestettyyn tekstiin. Toisaalta Chase (2018, 547) huomauttaa, että narratiivin käsitteen rajat venyvät koko ajan ja tänä päivänä narratiivista tutkimusta tehdään myös visuaalisista aineistoista, kuten valokuvista ja taiteesta.

Narratiivisuuteen liittyviä käsitteitä käytetään eri tieteenaloilla hyvin erilaisin sisällöin. Usein esimerkiksi sosiaalitieteilijät eivät tee eroa käsitteiden kertomus, tarina ja narratiivi välille. Keskeistä on, että kerronnan kautta ihmisen on mahdollista ymmärtää menneisyyttä, rakentaa identiteettiä ja suunnata tulevaan. Kerronta voidaankin nähdä yhtenä ihmisen tärkeimmistä keinoista ymmärtää ajallisuutta. Kokemuksia jaetaan ja tehdään ymmärrettäväksi kertomuksen kautta, eli kerronta on myös vuorovaikutuksen väline. (Hyvärinen & Löyttyniemi 2005, 189.) Narratiivisen tutkimustavan keskeinen tutkimuskohde on nimenomaan reflektiiviset kokemukset, jotka ovat useaan kertaan rakennettuja ja rakentaminen jatkuu edelleen kerrontatilanteessa. Tässä suhteessa narratiivisesti orientoitunut kokemuksen tutkimus eroaa perinteisestä fenomenologisesta tutkimuksesta, jossa pyritään ymmärtämään ihmisen välitöntä kokemusta ja niin kutsuttua luonnollista asennetta. (Perttula 2008, 139, 142.)

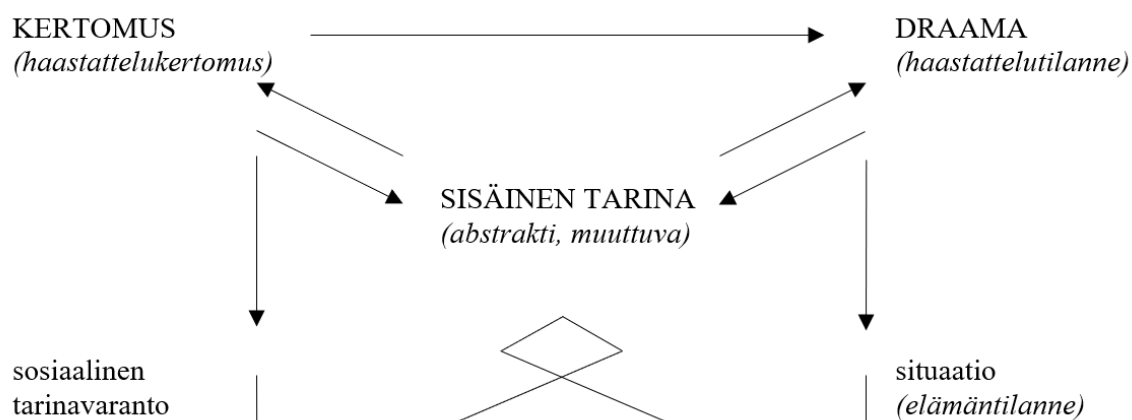
Keskeistä narratiivisessa tutkimuksessa on ihmisten asioille antamat merkitykset. Hatchin ja Wisniewskin (1995) ajatuksia seuraten Heikkinen (2010, 156) tiivistää, että narratiivisen tutkimuksen keskiössä on yksilöiden antamat merkitykset tarinoiden kautta. Yksinkertaisimmillaan merkitys on sitä, mitä asiat ihmiselle tarkoittavat ja itseasiassa todellisuus on ihmiselle olemassa juuri merkityksen välityksellä (Alasuutari 2011, 58-60). Juvosta (2015, 66-

67) mukaillen ymmärrän kertomukset selontekoina tai ilmauksina, jotka jäsentyvät vuorovaikutuksessa ja voivat sisältää toisistaan poikkeavia merkityskerroksia. Raija Erkkilän (2008, 195) tavoin mielenkiintoni kohdistuu kertomuksissa kertojan ääneen, ei itse ajatusprosesseihin niidenkin kerronnallisesta olemuksesta huolimatta.

Hyvärisen (2010, 92) mukaan ei ole olennaista jaotella aineistoja kertomuksiin ja ei-kertomuksiin, vaan ennemminkin pohtia kuinka paljon tai kuinka ohuesti aineisto on kerronnallinen. Olennaisinta on, että aineistosta voidaan tuoda näkyviin tarinallinen merkitysrakenne (Hänninen 2010, 163).

Tässä tutkielmassa hyödynnän erityisesti Vilma Hännisen (2000, 20-21) tarinallisen kiertotukun teoriaa, painottaen kuitenkin sen sosiaalisen konstruktionistisia puolia. Ihmistieteissä narratiivisuus voi Hännisen (mt., 160) mukaan tarkoittaa todellisuudessa toteutuneiden tapahtumien tarinallisten tulkintojen tutkimista. Hännisen tavoin tutkielmassani kertomus ja tarina saavat hieman toisistaan poikkeavan merkitykset. Tarina on merkitysrakenne ja kertomus on tarinan esitys. Tarinallisuuden lähtökohtana on joukko ihmiselämän tapahtumia, jotka ihminen tulkitsee tarinaksi. Kun tarinaa esitetään, syntyy siitä kertomus. Tarinat sisältävät ajassa eteneviä tapahtumia, jotka käsittävät niin konkreettiset havaittavat tapahtumat kuin mielen ja tietoisuuden tapahtumatkin. (Hänninen 2000, 161-162.)

Hännisen (2000, 20) tarinallisen kiertokulun teoriassa tarina on abstrakti, mutta kertomus on konkreettinen tarinan ilmaisu tapahtumien muodossa. Tarkoitukseni ei siis ole yrittää saada näkyville mitään kokonaisia sisäisiä tarinoita, sillä se ei ole edes mahdollista. Mikään kertomus ei ole yhtä kuin sisäinen tarina. Analyysini ja tulkintani kohdistuu haastattelutilanteessa kerrottuun kertomukseen. Kertomus rakentuu sosiaalisesti kerrontahetkellä. Ymmärrykseni mukaan tuo kertomus on kuitenkin pieni osa ihmisen lukuisista sisäisistä tarinoista, jotka nekin ovat rakentuneet sosiaalisesti. Sisäiset tarinat eivät ole muuttumattomia vaan jatkuvassa muutoksessa. Toiset tarinat voivat myös olla jo päättäneitä, toiset taas vasta suuntaamassa tulevaan, eli niin kutsuttuja tarinallisia projekteja (Hänninen 2000, 22).



Kuvio 1. Tarinallinen kiertokulku (Hänninen 2000, 21) ja sen tulkinta tässä tutkielmassa (kursivoituna).

Oman ymmärrykseni ja tulkintani mukaan kaikki tarinallisen kiertokulun osatekijät (ks. Kuvio 1) ovat sosiaalisesti rakentuneita. Vilma Hännisen (2000) käsitteistä tilanteet sisältävät yksilön elämäntilanteen kokonaisuudessaan. Se sisältää asioita, joihin ihminen sekä voi että ei voi itse vaikuttaa. (Mt., 20-21.) Sosiaalisen konstruktionismin mukaan kielen lisäksi myös toiminta on sosiaalisesti rakentunutta (Burr 2003, 5). Näin ollen sekä tilanteet että draama, eli toiminta, jota sisäinen tarina ohjaa, ovat sosiaalisesti rakentuneita, eivät millään tavalla sisäsyntyisiä tai ihmiselle “annettuja”. Mikään teorian osatekijä ei myöskään ole muuttumaton, sillä sosiaalinen vuorovaikutus uusintaa kaikkia tarinallisen kiertokulun osatekijöitä (ks. Hänninen 2000, 22-23).

Tarinallinen kiertokulku tulee selkeästi esiin sosiaalisessa tarinavarannossa, joka on jatkuvassa muutoksessa ja sisältää kaikki tarinat, jotka ihminen kohtaa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Joistakin näistä tulee osa ihmisen henkilökohtaista tarinavarantoa. (Hänninen 2000, 21.) Myös haastattelutilanteesta konstruoitu tieto voidaan nähdä sosiaalisena tekona, josta puolestaan tulee osa yhteistä sosiaalista tarinavarantoa (Laitinen & Uusitalo 2008, 125).

Tutkielmani siis hyödyntää Vilma Hännisen tarinallisen kiertokulun teoriaa. Hännisen (2000, 20) mukaan teorian eri osatekijät, esimerkiksi draama eli eletty elämä, on tarinallisesti *tulkittu*. Tässä tutkielmassa ymmärrän elävän elämän, tilanteen, sisäisen tarinan, kertomuksen ja sosiaalisen tarinavarannon kuitenkin sosiaalisen konstruktionismin tapaan sosiaalisesti rakentuneiksi alun pitäen. Tulkitsen teoriaa oman tutkimukseni lähtökohdista ja sovellan sen käsitteitä yllä esitetyn mukaisesti omaan tutkielmaani sopivalla tavalla.

3.3 Tutkimusaineisto ja sen hankinta

Tutkimukseni aineisto koostuu kuudesta haastattelusta ja yhdestä kirjoituksesta. Nauhoitin kaikki haastattelut. Haastatteluaineistoa kertyi yhteensä hieman yli kymmenen tuntia yksittäisten haastattelujen keston vaihdellessa 52 minuutin ja 2 t 50 minuutin välillä. Litteroitua haastattelumateriaalia kertyi yhteensä 141 sivua (Times New Roman, fontti 12, riviväli 1,5). Saamani kirjoitus oli pituudeltaan 4 sivua (Times New Roman, fontti 12, riviväli 1,5).

Alkuperäinen tavoitteeni oli kerätä tutkimusaineistoksi pelkkiä kirjoituksia. Syksyllä 2019 pääkaupunkiseudun seurakunnissa piti käynnistyä päihdesensitiivisiä sururyhmiä, joiden kautta ajattelin olevan mahdollista levittää kirjoituspyyntöä. Ryhmien peruuntumisen ja muiden syiden vuoksi kirjoituspyyntöni ei kuitenkaan tavoittanut ketään seurakuntien kautta. Lähestyin myös useita eri järjestöjä, joiden kautta ajattelin tavoittavani ihmisiä kirjoittamaan kokemuksistaan. Lopulta kolmen järjestön kautta pääsin levittämään kirjoituspyyntöäni. Survan kohtaaminen –hankkeen koordinaattori välitti pyyntöni hankkeessa toimiville sellaisille kokemusasiantuntijoille, joiden läheisen kuolemaan päihteet liittyivät. Lisäksi Tuki-kohta ry ja Irti huumeista ry julkaisivat kirjoituspyyntöni Facebook sivuillaan.

Vilma Hännisen (2010, 164) mukaan kirjoituksia saadaan kerättyä usein sitä helpommin, mitä harvinaisemmasta aiheesta on kyse. Oman tutkielmani kohdalla kävi lopulta niin, että sain kirjoituspyyntööni vain yhden vastauksen. Kirjoituspyynnössäni oli ollut maininta, että myös haastattelu olisi mahdollinen ja sainkin tätä kautta kaksi yhteydenottoa kiinnostuksesta osallistua haastatteluun. Yhteydenottajat kertoivat, että osallistuvat mielellään tutkimukseen, mutta kirjoittaminen ei tuntunut sopivalta ainakaan siinä hetkessä. Koska vastauksia tuli niin vähän, päätin muuttaa kirjoituspyynnön haastattelupyynnöksi. Haastattelupyyntö julkaistiin Irti Huumeista ry:n Facebookissa suljetussa sururyhmässä ja myös järjestön työntekijät kertoivat pyynnöstä asiakkailleen tapaamisilla. Tämän jälkeen sain neljä uutta yhteydenottoa.

Kaikki kuusi haastateltavaa sekä yksi kirjoittaja olivat naisia. Haastateltavista yksi oli menettänyt veljensä, muilta tutkimukseen osallistuneilta kuollut perheenjäsen oli aikuinen lapsi. Haastatteluvaiheessa oli sovittuna myös kaksi haastattelua miesten kanssa, mutta ne molemmat peruuntuivat. Miehet eivät olleet itse tarttuneet haastattelupyyntöön, vaan saaneet siitä

tiedon jo haastatteluihin lupautuneilta henkilöiltä. Miehet olivat kahden haastatteluun osallistuneen naisen sukulaisia. Tutkimuksen kannalta olisi ollut erittäin arvokasta saada mukaan sekä miesnäkökulma että kaksi saman perheen jäsentä. Toisaalta olin myös osannut varautua miesten puuttumiseen tutkimuksesta, sillä naiset ovat ylliedustettuna surua ja menetystä käsittelevissä tutkimuksissa (ks. esim. Kiuru 2015; Pulkkinen 2016; Uusitalo 2006). Miesten surun ja menetyskokemusten käsittely ei välttämättä tapahdu puhumalla (Pulkkinen 2016, 63; Uusitalo 2006, 77). Anna Liisa Aho (2010, 72) toteaa väitöskirjassaan, että isien suruun on liitetty useissa eri tutkimuksissa tunteiden tukahduttamista ja vahvana pysyminen eetosta.

Miesten lisäksi tutkimukseni ulkopuolelle on jäänyt luonnollisesti paljon muitakin ryhmiä. Koska kirjoitus- ja haastattelupyyntöni levisivät pääasiassa Facebookin ryhmissä, jättää se tutkimuksen ulkopuolelle kaikki, jotka eivät ole sidoksissa näihin ryhmiin. Tutkielmani ei myöskään ole tavoittanut niitä ihmisiä, jotka eivät kykene sanoittamaan kokemaansa tai eivät ole syystä tai toisesta valmiita jakamaan tarinaansa muiden kanssa. Tuula Uusitalo (2006, 54-55) huomauttaa, että esimerkiksi läheisen itsemurha “painostaa” jäljellejääneitä sisäisen tarinan reflektointiin, mutta tarina voi myös jäädä hyvin pirstaleiseksi tai kaoottiseksi. Tästä johtuen tutkimukseen osallistuvat sellaiset ihmiset, jotka ovat jo pitkälle reflektoineet omaa kokemustaan ja ovat halukkaita puhumaan kokemuksistaan. Uusitalon (2006) ajatuskulkua mukaillen ajattelen, että tähän tutkielmaan ovat osallistuneet sellaiset ihmiset, jotka läheisen päihdekuolema on painostanut reflektointiin omaa kokemustaan ja jotka ovat myös valmiita edelleen reflektointiin tarinaansa ulkopuolisen haastattelijan kanssa vuorovaikutuksessa.

Kirjoituksen sain joulukuussa 2019 ja haastattelut toteutuivat tammi-helmikuussa 2020. Haastateltavat saivat itse päättää, missä haluavat haastattelun tapahtuvan. Haastatteluista kolme tehtiin haastateltavan kotona, kaksi kirjastosta varattavissa huoneissa ja yksi puhelimitse. Puhelimitse tehtävään haastatteluun päädyttiin yhdessä haastateltavan kanssa pitkän välimatkan vuoksi. Kasvotusten tehtyjä haastatteluja varten matkustin enimmillään parin tunnin matkan haastateltavan luokse. Etukäteen pohdin, kuinka haastattelun vuorovaikutus sujuisi puhelimitse, etenkin kun aihe on sensitiivinen. Haastattelu sujui kuitenkin hyvin kaikilta osin ja ajattelen puhelinhaastattelun sopineen juuri siihen haastatteluun ja kyseiselle haastateltavalle ehkä erityisenkin hyvin. Mielestäni on tärkeää, että kukin haastateltava sai

itse valita mieleisensä haastattelupaikan, enkä koe, että paikka sinänsä olisi suuresti vaikuttanut haastattelun kulkuun.

Narratiivinen haastattelu

Narratiivinen haastattelu on aineistonkeruumenetelmä, joka tuottaa aineistoksi kertomuksia. Saadakseen aineistoksi kertomuksia tutkijan on esitettävä kysymyksiä, joihin on mahdollisuus vastata kerronnalla ja toisaalta on myös annettava haastateltavalle tilaa kertoa. Narratiivinen haastattelu voi äärimmäisessä tapauksessa tarkoittaa yhden kysymyksen haastattelua, jossa haastateltavaa rohkaistaan kertomukseen yhdellä laajalla kysymyksellä. Tällöin haastateltava saa itse päättää, mistä aloittaa ja missä järjestyksessä etenee. Vasta myöhemmässä vaiheessa tutkija voi esimerkiksi pyytää palaamaan johonkin tai kertomaan lisää. (Hyvärinen & Löyttyniemi 2005, 189, 191, 193, 195.) Käytännössä narratiivista haastattelua toteutetaan erilaisin painotuksin, mutta yhteinen nimittäjä on kerrontaan kutsuva ote.

Narratiivisen haastattelun läheinen haastattelutekniikka on episodinen haastattelu, joka yhdistelee narratiivista haastattelua ja teemahaastattelua. Episodisella haastattelulla ei pyritä saamaan yhtä yhtenäistä kertomusta, vaan useita episodisia kertomuksia jostakin aihe-alueesta. Episodiseen haastatteluun tutkijan on mahdollista valmistautua kysymyksin ja tukisanoin. (Laitinen & Uusitalo 2008, 123-124.)

Ennen haastattelun tekemistä en lyönyt lukkoon tutkielman läpileikkaavaa narratiivista otetta, vaikka se olikin heti aiheen valinnan yhteydessä yksi todennäköinen vaihtoehto. Halusin joka tapauksessa kerätä aineistoksi mahdollisimman kerronnallista materiaalia sen vuoksi, että päihdekuolemaa on tutkittu niin vähän läheisen näkökulmasta. En halunnut luoda haastatteluun tiukkaa struktuuria, jotta haastateltavalle jäisi mahdollisimman suuri vapaus kertoa kokemuksistaan omasta näkökulmastaan.

Laitinen ja Uusitalo (2008) toteavat, että narratiivinen haastattelu ei välttämättä aina sovellu menetelmäksi vaikeita tai traumaattisia aiheita tutkittaessa. Heidän tutkimuksissaan haastateltavien kyky kertoa kokemuksistaan on vaihdellut hyvin paljon ja joskus kerronnan ylläpitäminen jää hyvin pitkälti haastattelijan varaan. (Mt., 123.) Tätä tutkielmaa varten kerätyt

haastattelut toteutuivat lopulta narratiivisina tai episodisina haastatteluina, useimmiten näiden jonkinasteisena yhdistelmänä. Mikään haastattelu ei ollut yhden kysymyksen haastattelu, enkä siihen pyrkinytkään. Erityisesti yksi haastatteluista toteutui hyvin narratiivisena. Tässä haastattelussa haastateltava kertoi hyvin vapaasti ja hyvin runsaasti ilman, että juurikaan esitin kysymyksiä. Ainoastaan pyysin jossakin kohtaa kertomaan lisää tietystä tilanteesta. Puhelinhaastattelu toteutui taas eniten episodisena ja siinä minun roolini oli suurin, enimmäkseen kasvokkaisen vuorovaikutuksen puuttumisesta johtuen.

Haastattelun apuvälineeksi olin tehnyt itselleni aikajanan ja siihen liittyviä tukisanoja ja tukikysymyksiä. Aikajana alkaa ajasta, jolloin läheinen käyttää päihteitä, edeten läheisen kuolemaan ja siihen tiivistä liittyvään aikaan ja siitä edelleen nykyhetkeen ja myös tulevaan. Tämä aikajana oli erityisesti tarkoitettu apuvälineeksi itselleni, mutta kerroin siitä myös haastateltaville. Kerroin, että voimme esimerkiksi edetä kyseisessä järjestyksessä, jos se sopii haastateltavalle. Painotin kuitenkin haastattelun aluksi, että mikäli se haastateltavalle sopii, voimme edetä vapaamuotoisen kerronnan kautta ja minä esittäisin kysymyksiä, mikäli se olisi tarpeen. Aloitin varsinaiset haastattelut pyytämällä ”Voisitko aluksi kertoa siitä ajasta, kun [läheisen nimi] vielä eli ja käytti päihteitä.”

Vaikka haastattelu olisikin toteutettu niin, että haastateltavalle on annettu mahdollisimman suuri kertomisen vapaus, on silti tärkeää muistaa, että kertomukset on kerrottu juuri tietylle ihmiselle ja tietyssä tilanteessa (Aaltonen & Leimuräki 2010, 120). Konstruktionistisen ajattelutavan mukaisesti ymmärrän, että kertomus syntyy haastateltavan ja haastattelijan vuorovaikutuksessa, juuri siinä kyseisessä kohtaamisessa. Koska ymmärrän kokemuksen reflektiivisesti ja sosiaalisesti rakennetuksi, en ole pyrkinyt erityiseen neutraaliuteen tai oman roolini sosiaalisen häivyttämiseen tutkimustilanteessa (vrt. Perttula 2008, 140-141). Ajattelen myös, että haastatteluun osallistuvat ovat itse valinneet, mitä haluavat kertomuksessaan tuoda esille. Omalla halullani kuunnella ja kuulla kertomus olen toki voinut jonkinasteisesti vaikuttaa haastattelun kulkuun, mutta viime kädessä en voi varmasti tietää, kuinka haastateltava on haastattelutilanteen kokenut ja mitä ja mistä syystä hän on jotakin kertonut tai jättänyt kertomatta. Sain yhdeltä haastateltavalta spontaania palautetta siitä, että minulle oli helppo puhua. Toisaalta myös muunlaiset tuntemukset ovat täysin mahdollisia. Riitta Granfelt (2002, 130) esittää, että esimerkiksi jos tutkimusaihe on vaikea tai ”paha”, voi haastateltava suodattaa puhettaan suojellakseen haastattelijaa. Näin ollen ajattelen, että olosuhteiden ollessa erilaiset

ja haastattelijan ollessa joku muu, olisi myös haastattelukertomukset muodostuneet sen kohtaamisen mukaisesti erilaisiksi.

3.4 Tutkimusaineiston analyysi

Tavoittelen tutkimusaineiston jäsentelyssä kerrontalähtöisyyttä. Ymmärrän kerrontalähtöisyyden Tuula Uusitalon (2006, 93) tavoin siten, että teoreettista viitekehystä ei ole lyöty lukoon ennen aineistonkeruuta, vaan se “kutsutaan” myöhemmin mukaan aineistoa tulkittaessa. Toisaalta tunnistan myös sen, että puhdas aineistolähtöisyys ei ole edes mahdollista (Ruusuvuori & Nikander & Hyvärinen 2010, 19). Omaan ajatteluuni on luonnollisesti vaikuttanut kaikki lukemani kirjallisuus jo siinä vaiheessa, kun olen alkanut hahmottelemaan tutkielmani aihetta. En pidä mahdollisena, että tutkija voisi ulkoistaa aiemmat käsityksensä esimerkiksi aineistonkeruun vaiheessa. Sen sijaan lähtökohtani on kuitenkin ollut avoimuus sitä kohtaan, että en voi etukäteen tietää millaisena kuva päihdekuolemasta läheisten silmin tulee piirtymään (ks. Laitinen & Uusitalo 2008, 119). Esimerkiksi kansainvälisessä päihdekuolemaa käsittelevässä tutkimuksessa ilmiön stigmaattisuus nousee vahvasti esille (ks. esim. Titlestad 2019). Kerrontalähtöisyyttä korostaakseni en kuitenkaan halunnut nostaa sitä keskeiseksi teemaksi haastatteluvaiheessa.

Narratiivinen analyysi ei ole yksittäinen metodi tai valmis malli, jota soveltamalla tutkimus voitaisiin analysoida. Sen sijaan narratiivinen analyysi käsittää erilaisia analyttisiä välineitä, joita sovelletaan kulloisenkin aineiston ja tutkimuskysymysten mukaisesti. (Hyvärinen 2010, 90). Yksi nykyään yleinen tapa tehdä narratiivista tutkimusta on luoda niin sanottuja tyyppikertomuksia tai esimerkkikertomuksia, jotka ovat sekoituksia eri kertomuksista ja sisältävät tapausten kuvauksia karkeammalla tasolla yhteen esimerkkitarinaan yhdistettynä (ks. esim. Bärlund 2019). Oman tutkielmani kannalta tyyppikertomukset eivät tuntuneet sopivalta ratkaisulta aineiston pienen koon vuoksi, etenkin kun yksi kertomus oli sisaruksen ja loput vanhemman näkökulmasta. Mielestäni aineistoni rikas kuvaus olisi myös kärsinyt tyyppikertomuksissa.

Polkinghorne (1995, 12) jakaa narratiivisen tutkimuksen narratiiviseen analyysiin ja narratiivien analyysiin. Yllä mainittu tyypikertomusten laatiminen on Polkinghornen jaottelun mukaan narratiivista tutkimusta, sillä siinä tutkimuksen tarkoitus on luoda uusi narratiivi. Narratiivien analyysi taas viittaa paradigmaattiseen analyysiin, jossa kertomuksista paikannetaan teemoja tai taksonomioita. (Mt., 12; ks. myös Uusitalo 2006, 91.) Tämä tutkielma on Polkinghornen jaottelun mukaisesti narratiivien analyysia.

Toinen olennainen tapa luokitella narratiivista tutkimusta on jaottelu sen mukaan, tutkitaanko narratiivien muotoa vai sisältöä. Raimo Kaasila (2008, 46) kuvaa narratiivin muodon tutkimusta holistiseksi tavaksi, joka huomioi narratiivin kokonaan. Tämä tarkoittaa, että kaikki kertomuksen kuvaukset suhteutetaan aina kokonaiseen narratiiviin. Sisällön analysointi taas tarkoittaa kategorista analyysia, jossa ollaan kiinnostuneita jostakin ilmiöstä, jonka kategoriset kuvaukset sitten analysoidaan yhdessä. Tämän tutkielman narratiivinen analyysi on lähempänä kategorista analyysia, eli en analysoi yksittäisiä kuvauksia osana kokonaista narratiivia. Kiinnostukseni kohdistuu aineiston sisältöön, siihen mistä ihmiset kertovat. Tutkielmani kiinnostus ei siis kohdistu siihen, miten ihmiset kertovat päihdekuolemasta. En tutki heidän käyttämiään sanoja tai ilmaisuja sinänsä, vaan sitä, millaisia merkityksiä asiat saavat heidän kertomuksissaan.

Analyysitapani lähestyy siis monin tavoin teemoittelua. Narratiivisen aineiston lisäksi ymmärrän silti myös analyysitapani narratiivisena. Erityisesti aineiston ajallisuuden huomioiminen ja ottaminen mukaan analyysiin tekee tutkimusotteestani narratiivisen. Hyvärisen (2010, 93) mukaan tehtäessä temaattista analyysia narratiivisen tutkimuksen mukaisesti, tulee teemojen esiintyminen aina suhteuttaa tapahtumien päätelyyn ajalliseen etenemiseen. En analysoi kertomuksia holistisesti kokonaisuuksina, mutta teen kategorista analyysia suhteutettuna kertomuksen teemojen ajalliseen etenemiseen. Suhteutan aineistosta nousevat teemat osaksi aikakehystä ja elämänvaihetta, eli aikaan ennen läheisen kuolemaa, kuoleman läheisyyteen ja aikaan, joka sijoittuu akuuttien vaiheiden jälkeen.

Tässä tutkielmassa aloitin analyysiprosessin kunkin haastattelun päätyttyä. Kirjasin ylös vapaasti tuntemuksiani, mutta myös muita huomioita, joista analyysi on sitten lähtenyt liikkeelle. Analyysin tekemisen alkuvaiheiden näen olleen käynnissä myös äänitiedostoja litteroidessani, jolloin kirjasin tiedostoon havaintoja. Olin tehnyt kaikki haastattelut valmiiksi ennen litteroinnin aloittamista. Litterointiprosessi palautti elävästi mieleen haastattelujen

tunnelmat. Kaikki haastateltavat herkistyivät haastattelun aikana, yksi haastateltava piti pienen tauon, kun itku tuli niin voimakkaana. Toisaalta litterointivaiheessa myös tavallaan yllätyin, kuinka paljon naurua ja huumoria haastattelut sisälsivätkään. Litteroin haastateltavien puheen sanasta sanaan, sen sijaan omia myötäileviä kommentteja kuten “mm” ja “joo” jätin litteroimatta, kun ne olivat selkeästi haastateltavan puheen keskellä.

Litterointivaiheen jälkeen analyysi eteni tutustumalla aineistoon perinpohjaisesti. Aluksi luin yhden haastateltavan kertomuksen aina kokonaisuudessaan. Myöhemmässä vaiheessa lukukertoja tuli useita erilaisella intensiteetillä ja tarkoituksella. Analyysin edetessä luokittelin aineiston kolmeen osaan ajallisin perustein. Käytin tässä apuna aikajanan muotoon tehtyä miellekarttaa. Jokaisesta haastattelusta ja kirjoituksesta etsin kuvaukset, jotka liittyivät esimerkiksi aikaan ennen läheisen kuolemaa. Liitin nuo kuvaukset yhteen dokumenttiin siten, että jokaisella kertomuksella oli oma värikoodinsa. Toistin tämän kahden muun ajallisen jaottelun kohdalla. Sen jälkeen analyysissä aloin etsimään erilaisia teemoja. Eri teemoja löytyi vaihtelevasti eri kertomuksista. Jotkut teemat esiintyivät kaikissa kertomuksissa, joku teema saattoi esiintyä vain yhdessä kertomuksessa. Koska tarkoitukseni ei ole etenkään näin pienellä aineistolla tehdä laajoja johtopäätöksiä tai yleistyksiä, huomioin analyysissä myös yksittäin esiintyvät teemat. Koen että liiallinen tiivistäminen tai yleistäminen ei tee oikeutta tälle tutkimukselle tai aineistolle, niinpä yksityiskohtaisuus ja yksilöllisyys saa näkyä aineiston analyysissäkin. Narratiiviselle tutkimusotteelle tyypillisesti olen analyysissä käyttänyt myös runsaasti suoria lainauksia, jotta lukija pystyy seuraamaan tulkintaprosessia (ks. Hydén 2008, 130).

Analyysin suorien sitaattien sisään olen hakasulkeisiin korvannut erisnimet yleisnimillä. Esimerkiksi kun haastateltava on puhunut lapsestaan nimellä, olen merkinnyt sen sitaattiin [tyttö] tai [poika]. Myös muut erisnimet, kuten paikkakunnat tai sairaalat, olen merkinnyt hakasulkeisiin. Hakasulkeiden sisällä voi olla myös sellaista tietoa, joka ilmenee haastattelupuheessa, mutta ei näy sitaatissa. Kolme pistettä hakasulkeiden sisällä tarkoittaa, että sitaatin sisältä on poistettu jotakin. Nämä poistetut kohdat ovat pääasiassa joko minun yksittäisiä myönteleviä kommentteja tai haastateltavan kesken jäänyt lause, jonka hän on aloittanut ja muotoillut uudelleen. Poistettu kohta voi myös olla jokin pidempi kohta silloin, kun haastattelun puhe on lähtenyt hetkeksi toiseen suuntaan, mutta palannut taas alkuperäiseen. Kesken jäänyt ajatus on merkattu kahdella pisteellä sitaattiin. Olen poistanut sitaateista täytesanoja

(niinku, tota) luettavuuden parantamiseksi. Joissakin tapauksissa peräjälkeen olevat sitaatit voivat olla myös samalta haastateltavalta, mikäli ne on kerrottu eri kohdassa haastattelua. Sisennettyjen suorien sitaattien lisäksi analyysiluvun tekstin sisällä on kursivoituja yksittäisiä sanoja ja virkkeitä, jotka ovat lainauksia haastattelupuheesta. Käytännössä haastattelukertomus on usein kokoelma useita kertomuksia (Hyvärinen 2010, 90). Omassa analyysissäni olen päätenyt kuitenkin viittaamaan yhden ihmisen haastattelukertomukseen kertomuksena, en useina kertomuksina yhden kertomuksen sisällä. Toimin näin käsitteellisen selvyyden lisäämiseksi.

Tutkimusaineiston keräämisestä analyysin lopullisen muodon saavuttamiseen on kulunut noin yhdeksän kuukautta. Aika on venynyt tahattomasti niin pitkäksi, mutta jälkeinpäin katsottuna se ei ole pelkästään kielteinen asia. Tauko tutkielman työstämisessä on myös mahdollistanut aineistosta etäntymisen. Etäntyminen puolestaan on auttanut katsomaan aineistoa taas hieman toisenlaisilla tavoilla.

3.5 Tutkimuseettinen pohdinta

Tutkimuksen etiikka tulee huomioida tutkimuksen kaikissa vaiheissa. Jo tutkimusaiheen valinnassa tulee huomioida tutkimuseettiset kysymykset. Laitinen ja Uusitalo (2008, 118) toteavat, että erityisesti traumaattisia elämäntapahtumia tutkittaessa kysymyksenasettelu täytyy käsittää eettisesti haastavana tutkimuksen vaiheena: sensaatiohakuisuuden sijaan eettisesti kestävä tutkimus pysähtyy yksilöllisten kokemusten äärelle tuottaen moniäänistä kuvaa. Tämä on ollut pyrkimykseni myös tämän tutkielman kohdalla.

Tässä tutkielmassa noudatan Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2019) antamia ohjeistuksia. Yksi ohjeistuksen tärkeimmistä periaatteista on ihmisen tietoon perustuva suostumus osallistua tutkimukseen (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 8). Olen jo tutkimuksestani tiedottaessani ja osallistujia hankkiessani samalla tiedottanut tutkimuksen sisällöstä ja tarkoitusperristä. Tutkimukseen osallistujat ovat saaneet tiedon tutkimuksestani pääasiassa eri järjestöjen sosiaalisen median tai järjestön työntekijöiden välityksellä. Kirjoitus- ja haastattelupyynnöissä (Liitteet 1 ja 2) on jo avattu tutkimuksen tarkoitusta, sisältöä ja yksityisyydensuojaa.

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2019, 8) mukaan eettinen tutkimus edellyttää, että ihmisellä on oikeus osallistua tutkimukseen vapaaehtoisesti. Tämä sisältää myös oikeuden kieltäytyä tutkimuksesta tai keskeyttää osallistuminen ilman seuraamuksia ja syytä mainitsematta. Kun haastatteluun alustavasti lupautuneiden miesten haastattelut eivät toteutunutkaan, en pyytänyt heitä kertomaan syytä kieltäytymiselleen tai muutenkaan pyrkinyt heidän mieltänsä muuttamiseen. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeiden mukaisesti olen myös antanut tutkimukseen osallistuville tiedoksi, kuinka aineisto kerätään, säilytetään ja milloin se viimeistään hävitetään (mt., 8-9; ks. Liitteet 1, 2 ja 3).

Kaikki haastateltavat sekä kirjoittaja ovat osallistuneet tutkimukseen omasta halustaan. He ovat ottaneet minuun yhteyttä joko sähköpostilla tai puhelimitse ilmaistakseen kiinnostuksensa osallistua tutkimukseen. Ennen haastattelua olemme yhdessä sopineet haastattelun yksityiskohdista ja ensimmäistä haastattelua lukuun ottamatta olen lähettänyt sähköpostitse haastateltaville suostumuslomakkeen (Liite 3), johon heillä on ollut mahdollisuus tutustua etukäteen. Ennen varsinaisen haastatteluosion ja nauhoituksen aloittamista kerroin haastateltaville, että heillä on oikeus keskeyttää haastattelu missä vaiheessa tahansa niin halutessaan. Kerroin myös, että he voivat itse päättää, kuinka niukasti tai laveasti haluavat puhua tai voivat olla kokonaan vastaamatta, jos niin haluavat. Kahdessa haastattelussa haastateltava mainitsi, ettei halua tiettyä kommenttiaan käytettävän tutkimuksessa, ja olen toiminut tämän toiveen mukaisesti. Yhdessä haastattelussa tuli ilmi haastateltavan perheen päihdehistoria, mutta haastateltava ei halunnut juurikaan pohtia tämän yhteyksiä lapsensa kuolemaan, eikä haastattelussa siis menty sen syvemmin tähän aiheeseen, vaikka se olisi ollutkin erittäin mielenkiintoista tutkielmani aiheen kannalta.

Tutkimukseen osallistuvan tulee olla tietoinen mahdollisista haitoista ja riskeistä, joita osallistumisesta voi koitua (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 9). Tätä olen pohtinut oman tutkielmani osalta erityisesti anonymiteetin näkökulmasta. En ole kerännyt henkilötietoja tutkimukseen osallistuvilta. Haastatteluun osallistuvat ovat antaneet suostumuksensa kirjallisesti ja vahvistaneet suostumuksen allekirjoituksellaan (ilman nimen selvennystä). Suostumuslomakkeet, kuten muukin tutkimuksen tekoa kerätty aineisto hävitetään asianmukaisesti tutkimuksen valmistuttua tai viimeistään vuoden kuluttua alkaen haastattelun ajankohdasta.

Vaikka en ole kerännyt henkilötietoja tarkoituksellisesti, ymmärrän, että syvällisen haastattelun kulussa on kertynyt laajasti henkilökohtaisia tietoja, ja olen suhtautunut tähän sen vaatimalla huolellisuudella.

Osallistujien anonymiteettiä suojellakseni olen poistanut jo litterointivaiheessa kaikki erisnimet tekstistä. Lopulliseen tutkielmaan olen myös poistanut tiedon siitä, mistä haastattelusta mikäkin suora sitaatti on otettu. Analyysin kannalta sitaattien kautta kokonaisten kertomusten seuraaminen olisi ollut hedelmällistä, mutta tutkimuseettisesti en pitänyt sitä oikeana ratkaisuna. Tämän vuoksi olen myös poistanut murteellisia ilmaisuja tekstistä, jotta yhden henkilön kertomuksen seuraaminen analyysistä ei olisi niin ilmeistä. Toisaalta olen tietoinen, että pieni aineistoni asettaa myös rajoja eettisestä näkökulmasta katsottuna. Tutkimukseen osallistujien suhde kuolleeseen henkilöön jakautui niin, että yksi oli sisko ja loput äitejä. Kahdella äideistä kuollut lapsi oli tytär ja loput poikia. En ole halunnut täysin piilottaa suhdetta, koska näin erityisesti sisaruuden näkökulma olisi jäänyt täysin huomioimatta. Kaikissa suorissa sitaateissa sukulaisuussuhde ei kuitenkaan ilmene, mikä on helpottanut osallistujien anonymiteetin säilyttämistä. Riskejä minimoidakseni olen myös jättänyt tutkimuksen ulkopuolelle muuta arkaluontoista materiaalia, joiden julkituominen voisi pahimmassa tapauksessa aiheuttaa tutkimukseen osallistuvalla haittaa.

Narratiivinen tutkimusote tuo osaltaan erityistä eettistä huomioitavaa tutkimuksen tekemiseen. Narratiivisuus on tieteenfilosofian ja menetelmän lisäksi myös työote esimerkiksi sosiialityössä ja psykologiassa. Narratiivinen haastattelu onkin mahdollista kokea myös terapeuttisena kokemuksena (ks. esim. Rosenthal 2003). Haastattelun terapeuttisuus ei ollut omassa tutkimuksessa tarkoituksena, koska minulla ei ole edellytyksiä terapeuttiseen työskentelyyn. Sen sijaan koin tärkeänä haastattelun lopulla kysyä haastateltavan senhetkisiä tunteuksia ja ajatuksia. Tarkoitukseni oli varmistua siitä, että haastattelu ei jättäisi haastateltavaa ikään kuin yksin haastattelun nostattamien tunteiden kanssa. Kerroin myös, että minuun voi olla tarvittaessa yhteydessä haastattelun jälkeenkin.

Kaksi haastateltavaa toi omaehtoisesti esille, että he kokivat haastattelun terapeuttisena tai puhdistavana, kun he saivat kertoa kokemastaan juuri niin kuin halusivat, ilman että kukaan keskeyttää tai kyseenalaistaa. Kukaan haastateltavista ei maininnut, että haastattelun antaminen olisi jälkeenpäin tuntunut ikävältä tai kaduttanut. Useat kyllä sanoivat, että kuolleesta läheisestä puhuminen ja hänen muistelunsa toivat tunteita pintaan, minkä vuoksi olo saattaa

olla uupunut jälkikäteen. Haastateltavat olivat myös etukäteen pohtineet haastattelun herättämiä tunteita ja olotiloja, kun olivat miettineet sopivaa ajankohtaa haastattelulle (mieluiten ilta-aikaan tai muuten rauhalliseen hetkeen, ettei ole velvoitteita heti perään). Yksi haastatelluista otti minuun vielä haastattelun jälkeen yhteyttä tarkentaakseen haastattelussa kertomaansa. Hän oli myös huolissaan siitä, että olisi puhunut liian pitkään tai aiheen vierestä, ja että pitkä haastattelu olisi vienyt liikaa aikaani.

Narratiivinen tutkimus ja kvalitatiivinen tutkimus yleensäkin vaativat tutkimuksen tekijältä paljon tulkintaa, mikä on omalla kohdallani myös kirvoittanut lisää eettistä pohdintaa. Tulkintoja tehdessäni olen miettinyt, pystyvätkö tutkimukseen osallistuneet ymmärtämään tekemäni tulkinnat vai tuntevatko he itsensä ulkopuoliseksi suhteessa tulkintaani. Olen kuitenkin päätenyt tietynlaisiin tulkintoihin ja nämä tulkinnat ovat omiani ja kannan niistä vastuun. Tutkimusaiheeni on sensitiivinen ja tutkimukseen osallistuneilla voi olla elämässään traumaattisia kokemuksia. Aiheen sensitiivisyydestä huolimatta en kuitenkaan miellä tutkimukseen osallistuneita erityisen haavoittuvassa asemassa olevaksi ryhmäksi (vrt. Luomanen & Nikander 2017). Sen sijaan traumaattistakin aihetta tutkiessani pidän ohjenuorana Laitisen ja Uusitalon (2008, 119) näkemystä, jonka mukaan eettisesti pätevä tutkimus edellyttää osallistujien hyvinvoinnin asettamista etusijalle tutkimuksen etenemisen sijaan. Tutkimuksen tulisi myös olla rakentavaa ja hyödyllistä siihen osallistuvien näkökulmasta (Rauhala & Virokannas 2011, 238). Olenkin joutunut pohtimaan, kuinka paljon hyötyä pro gradu –tasoisesta tutkielmasta voi osallistujille olla.

Tässä tutkielmassa minua kiinnostaa haastateltavien näkökulma ja kokemukset, enkä ole pyrkinyt päiheisiin kuolleen perheenjäsenen näkökulman konstruointiin (vrt. esim. Kiuru 2015). Olen kuitenkin pitänyt ohjenuoranani myös vainajia kunnioittavaa tapaa tehdä tutkimusta.

4 ANALYYSI: MENETYKSEN MERKITYKSIÄ JA SURUSSA ELÄMISTÄ

Tässä luvussa esittelen tutkielmani keskeiset tulokset vastaamalla tutkimuskysymyksiini. Analyysi etenee ajallisesti lähtien liikkeelle ajasta ennen läheisen kuolemaa, edeten kuolemaan ja kuolemaan liittyviin ensihetkiin ja sen jälkeiseen aikaan, ulottuen myös tulevaisuuteen. Kuvatut aikakehykset eivät ole tarkkarajaisia, eikä niiden rajaaminen ole olennaista tutkielmani kannalta. Haastattelun kontekstista olen voinut päätellä, milloin kuvaus siirtyy aikakehyksestä toiseen. Väljässä aikakehyksessä esimerkiksi hautaaminen on osana ensihetkiä, vaikka sen ajankohta voikin vaihdella kertomuksittain. Aikakehykset muotoutuivat alun perin jo haastatteluista varten tekemääni aikajanaa ja säilytin ne myös aineiston analyysissä, koska ne nousivat esiin myös kerrontalähtöisesti kertomusta jaksottaen ja eteenpäin vieden.

Menetyskokemuksen kerronnan kuvaaminen ja kerronnasta nousevien merkitysten käsitteleminen etenee läpi koko analyysin. Myös surussa elämistä helpottavien tekijöiden käsittely tapahtuu pitkin analyysia, kuitenkin painottuen kuoleman ensihetkien jälkeiseen aikaan. Analyysi siis etenee samanaikaisesti sekä temaattisesti että elämäntilanteissa.

4.1 Kertomuksia ajasta ennen perheenjäsenen kuolemaa

Päihdekuolemaa läheisen näkökulmasta kokonaisvaltaisesti katsottuna aikaa ennen perheenjäsenen kuolemaa ei voida jättää huomiotta. Menetys pakottaa katsomaan menneitä elämäntapahtumia surun läpi. Päihdekuolemaa koskevaan tutkimukseen tutustuminen oli vahvistanut etukäteen käsitystä, että päihteidenkäyttäjän kuollessa elämän aikaiset tapahtumat vaikuttavat suuresti myös koettuun menetykseen läheisen näkökulmasta.

4.1.1 Kertomus alkaa

Haastattelutilanteessa pyysin haastateltavia kertomaan omasta näkökulmastaan siitä ajasta, kun perheenjäsen käytti päihteitä. Lähes kaikki haastateltavat ja yksi kirjoittaja kuitenkin

kertoivat menetetystä perheenjäsenestään laajemmin. Yhdessä haastattelukertomuksessa sivutaan myös haastateltavan omaa lapsuutta. Aineistossa jotkut äidit kertovat, kuinka odotettu vauva nyt edesmennyt lapsi oli ollut ja minkälaista vauva-aika ja lapsuus perheessä oli. Kuvauksia perhe-elämästä on joissakin kertomuksissa hyvin runsaasti. Myös niissä kertomuksissa, joissa ei mennä esimerkiksi taaksepäin lapsuuteen saakka, pohjustetaan omaa ja kuolleen perheenjäsenen elämäntilannetta joskus pitkästikin ennen päihteidenkäyttöä. Tulkitsen tämän noudattavan perinteisiä kerronnan muotoja, eli tapahtumille luodaan kerronnallinen konteksti, jossa kokemukset tulevat ymmärretyksi.

Tutkielman pienessä aineistossa oli mukana ihmisiä erilaisista taustoista. Useimmat pohtivat perhetaustojen yhteyttä perheenjäsenen kuolemaan ainakin jollain tasolla. Kaksi haastateltavista kertoo perheen päihteidenkäytön olleen ongelmallista kuolleen perheenjäsenen ollessa lapsi tai nuori. Perheen päihdehistorian ohella sivutaan myös esimerkiksi mahdollista geneettistä alttiutta riippuvuuksille.

Heidän isähän kuoli sitte alkoholimyrkytykseen. Me oltiin erottu lasten isästä jo. Niin, se oli heille kova paikka sitte se. En tiää alkoko se alamäki, koska ei he koskaan halunnut siitä puhua.

Siis riippuvuuksia aiheuttavia geenejä todettu ihmisillä noin kaks ja puol sataa on löydetty tähän mennessä. Niin mää nyt epäilen, että.. Mä uskonkin siihen, se on niin helppo uskoa, että [pojalla] on näitä geenejä ollu ja se on sitte tullu sit riippuvaiseks niistä lääkkeistä ensin. Ja sitten ku se olo ei oookkaa siitä helpottunu niillä lääkkeillä, niin sitten on ruvennu pilvee poltteleen siinä sit pikkuhiljaa ja sitte tota käyttään alkoholia ja loppujen lopuksi siinä vuosien mittaan mitä nyt on onnistunu sit käsiinsä saamaan. [...] Tää tosiaan alkaa näin kaukaa sieltä kouluvuosista tää juttu.

Toisaalta aineistossa myös tietoisesti asettaudutaan erilleen sellaisesta näkökulmasta, että päihdekuoleman taustalla olisi riippuvuuksien tai sosiaalisten ongelmien ylisukupolvisuutta. Useammassa kertomuksissa tuodaan korostuneesti esiin, että heidän perheensä oli hyvin tavallinen ja perheiden lapsilla on ollut hyvät lähtökohdat elämälle, mutta se ei ole riittänyt.

Nyt tämän pojan kohdalla mietin, että vaikka meidän perheessä lapsuus oli ”ihan tavis”, ei päihteitä, ei väkivaltaa ja taloudellinen tilanne oli ihan ok, niin silti voi käydä näin.

[Poika] synti [kuukausi vuosi] ja oli todella odotettu ja toivottu lapsi, meillä meni hyvin ja oli, et voin väittää, että [pojalla] oli hyvä lapsuus ja nuoruus. Hän harrasti kilpa[urheilua] ihan pikkupojasta teini-ikään saakka. [...] Yks syy miks mä oon alun perin tullu julkisuuteenkin tässä asiassa, on se, että mä haluun tuoda esiin sen, että näin voi käydä. Tää koskee ihan tavallisia ihmisiä, et ei tarvi olla kolmessa sukupolvessa syrjäytynyt tai hirvee määrä ongelmia perheessä tai muuta, vaan tää voi itse asiassa käydä ihan kenelle tahansa. Et kun mä olin siellä sururyhmässä, niin siellä yks äiti tosiaan sano, et hänelle oli sanottu, että minun lapselleni ei voi koskaan käydä niin. Kukaan ei voi koskaan oikeesti sanoa semmosta, et se on niin monesta asioista kiinni.

Se on just valitettavaa nykyaikaa tämä justiinsa, että vaikka sinä miten oot rakastanu sitä lasta ja antanu sille hyvän kodin, hyvän lapsuuden, ihan tosi hyvät tavallaan lähtökohdat elämään, niin se ei vaan aina riitä. Sit noi aineet on niin, ne on niin paskoja. Siis ne koukuttaa nuo nuoret niin totaalisesti, et millään muulla ei oo enää väliä.

Oon mä nyt luku, että ku ihmiset kysyy, että minkä takia. Niin en mä oo kyl kysyny, että minkä takia meidän poika rupes käyttään aineita. Onhan hakenu syitä ittestään ja löytää syitä ittestään ja perheestään, mutta että sitä, että minkä takia just meillä, niin miksei meidän poika, kun kyllähän muittenkin. Yhtä lailla se kuin muittenkin pojat.

Aineistokatkelmissa näkyvä perheen tavallisuuden painottaminen voidaan tulkita tavallisuusretoriikaksi (Juhila 2004, 29). Tavallisuutta korostava vastapuhe kohdistuu päihdekuolemaa leimaavaan kategoriaan. Tavallisuusretoriikka haastaa sen, että pitäisi olla jotenkin erilainen tai poikkeava, jotta oma perheenjäsen voi kuolla päihteiden vuoksi. Kertomuksissa halutaan osoittaa, että päihdekuolema voi osua kenen vain kohdalle, ei ole mitään erityispiirteitä perhetaustassa.

Jotkut haastateltavat myös kuvasivat kuollutta perheenjäsentään erityisen herkäksi tai kiltiksi ihmiseksi. Kertomuksissa kiltteyttä ja herkkyyttä ei suoranaisesti osoiteta syyksi päihdeongelmille, mutta ne tuodaan esille taustoituksena sille, kun perheenjäsen on vähitellen suuntautunut yhä vahvemmin päihteisiin. Menetetyn ihmisen ominaisuuksien kuvailu tukee myös käsitystä siitä, että kertomuksissa halutaan rakentaa kuvaa kokonaisesta ihmisestä.

[Poika] oli sellanen herkkä ja arka ja ujokin poika, toisaalta sitä ei ehkä me muut nähty, tai siis sanotaanko oudommat ei sitä päälle päin tajunnu. Et [poika] oli sellanen ihan niinku perusmukava poika, ystävällinen, tosin nyt vähän sellanen hiljanen vaan.

[Poika] oli siis hyvin herkkä ihminen, et aina kun tuli näitä tyttöystävän kans jotain, niin sehän suurinpiirtein ihan älyttömän raskaasti ja ylipäättään muutenki erilaiset asiat. Oli herkkä ja myös johdateltavissa oleva.

Sosiaaliset taidot hänellä oli loistavat ja hän tuli toimeen erilaisten, kaikenlaisten, nuorien ja vanhojen kanssa. Hänen isoveljensä on kehitysvammainen, joten hän oli kasvanut siihen, että ihmiset ovat erilaisia ja yhtä arvokkaita. Hän oli luokan pelle, vitsiniekkä, ja hän oli hyvin suosittu tyttöjen piirissä.

Se oli tosi vahvasti tunne-ihminen ja tavallaan niinku liian kiltti ja semmonen liian pehmeä tonne maailmaan, missä pitäis olla sellasta tietynlaista kovuutta ja pitää puoliaan silleen.

Perheenjäsenen päihteiden käytön alkamista ei ole monenkaan haastateltavan mielestä helppo ajoittaa tarkasti. Kaksi haastateltavista mainitsee läheisen käyttäneen lääkärin määräämiä rauhoittavia lääkkeitä jo lapsuudessa. Useimmat toteavat perheenjäsenen lisääntyvän päihteidenkäytön alkaneen vähitellen ja tulleen omaan tietoisuuteen hitaasti. Jotkut eivät ole välttämättä edes halunneet tietää yksityiskohtia päihteidenkäytöstä tai siitä ei koskaan ollut puhuttu suoraan perheenjäsenen kanssa. Eräs äiti kertoo jälkeensä ymmärtäneensä, että on oikeastaan kieltänyt itseään jossain vaiheessa edes ajattelemasta, että oma lapsi voisi käyttää päihteitä ongelmallisesti.

Soiteltiinhan me tässä matkalla, ei hänellä oo mittään ongelmia, mut kyllä minä huomasin aina, ku soitti sitten, et nyt mennään vähän niinku.. Mut en minä ikinä sanonu hänelle, et lopeta nyt, ku tiiän ite alkoholistina, et se on ihan turha. Minä halusin vaan, et hän tietää et minä oon olemassa häntä varten.

No, ku mä kuvittelen, että se on käyttäny niitä kaikkia aineita pikkuhiljaa. On ollu tietysti taukoja, mutta mä en tiedä, että kyllä se niistä.. Ei se niitä salaillukaan, mutta en mä niitä isommin udellukaan.

Ja sit just tää on tosi jännä, ku sä oot äiti, niin sä haluat sulkee tavallaan. Et ehkä mä tietosesti jossain vaiheessa suljin itteni, et ei mun lapsi mitään huumeita käytä, vaikka se sit käyttiki.

Sanotaanko, että viimeiset kaks vuotta oli sit semmosta, että et se oli kyllä ihan varsin hyvin sitte tiedossa meillä. Ja se oli sitten aika helvettiä suorastaan se elämä sitten meilläkin, niinku vanhemmilla ja perheellä.

Joillekin päihteidenkäytön rajuus on realisoitunut hyvin pian, toisilla on mennyt pitkiäkin aikoja ennen kuin varsinainen huoli on herännyt. Huomattavaa on, että erilaiset mielenterveyden ongelmat ovat esillä lähes kaikissa kertomuksissa. Ainoastaan yhdessä haastattelussa haastateltu ei eksplisiittisesti viittaa kuolleen perheenjäsenensä mielenterveysongelmiin. Useimmissa kertomuksissa päihde- ja mielenterveysongelmat sen sijaan kuvataan kokonaisuudeksi, jota on vaikeaa tai lähes mahdotonta purkaa palasiksi.

Sit tuli niitä mielenterveysongelmia myöskin siinä samassa, mut loppujen lopuksi mä en tiedä mikä on johtunu mistäkin. Enhän mä tienny niistä huumeista. Mä koko ajan luulin, että on väsymystä, on stressiä, on ahdistusta. Et [poikahan] söi sit mielialälääkkeitä ja oli sairaalassakin sillon, enkä mä tienny huumeista mitään.

Päihde- ja mielenterveysongelmien esiintyminen limittäin tuntuukin syventävän joidenkin haastateltujen kokemusta epätoivosta ja menetyksestä jo perheenjäsenen elinaikana. Tämä johtuu yhtäältä siitä, että läheisen on vaikea hahmottaa mikä on esiintyvien ongelmien syy ja seuraus, ja toisaalta siitä, että myöskään palvelujärjestelmän ei koeta vastaavaan avuntarpeeseen erityisesti silloin, kun päihde- ja mielenterveysongelmat esiintyvät samanaikaisesti.

4.1.2 Perheenjäsenen menettäminen päihteille

Haastattelukertomuksissa tulee hyvin elävästi esille se pelko, jonka perheenjäsenen lisääntyvä päihteidenkäyttö aiheuttaa. Pelko ei vielä välttämättä ole varsinaista kuolemanpelkoa, vaan pikemminkin epämääräisempää menetyksen pelkoa. Pelko menetyksestä kohdistuu siis siihen, että haastateltava menettää perheenjäsenensä päihteille.

Mä olin jo pitempään ihmetelly, et ku se soittiki, niin se oli ihan ku eri [poika], että mä en tunnistanu sitä ollenkaan, ääniki oli ihan erilainen. Ja tota sitten taas, ku se välillä soitti, niin siellä oli taas se niinku se oikee [poika], ja aina vaan useemmin sieltä rupes tulemaan se, niin ku se toinen.

Et se oli niinku semmosta, semmosta jonkin aikaa se elämä ja, se oli sillä tavalla mullekin ihan hirvittävän rankkaa ja sit se huoli ja pelko oli jotain ihan järkyttävää, et ei kukaan toinen voi ees käsittää.

Sit tieysti tavallaan semmonen pelko, et ku aina ku se pääs vähän kuiville, et sitten pelkäs koko ajan, et missä vaiheessa se retkahtaa uudelleen.

Pelko kuvautuu esimerkiksi niin, että päihteet tekevät omasta lapsesta vieraan oloisen. Arjen epävakautta taas lisää raitistumisyritysten ja retkahdusten kierre. Useat äidit korostavat keinottomuutta auttaa lasta. Erityisesti täysi-ikäisen lapsen auttaminen koetaan hyvin vaikeaksi, sillä vanhemmalla ei ole oikeutta saada mitään tietoja viranomaisilta täysi-ikäisestä lapsestaan. Keinottomuus ja avuttomuuden tunne taas lisää pelkoa läheisen menettämisestä.

Kun meillä ei oikeen ollu mitään keinoja sit tavallaan, sit loppujen lopuks puuttuu siihen päihteidenkäyttöön. Ja tota sitte varsinki, tossa se viime vuoden tammikuussa kun [tyttö] täytti 18 vuotta, niin sittenhän se oli ihan mahoton millään tavalla enää puuttua, jos oli aikasemminki.

Et loppujen lopuksi me oltiin aika yksin, yksin tämän asian kanssa ja se oli kyllä tosi, tosi kauheeta, kun oli koko ajan huolissaan ja pelkäs ja ei yhtään ollu kartalla, että mitä sille tytölle kuuluu.

Epämääräisemmän pelon ja jatkuvan huolen rinnalla joissakin kertomuksissa pelko näyttäytyy myös konkreettisena pelkona päihteitä käyttävää läheistä kohtaan. Aineistossa pelko läheisen pärjäämisestä ja turvallisuudesta saa paikoin rinnallaan pelon omasta turvallisuudesta päihteitä käyttävän läheisen toiminnan vuoksi.

Tämä oli äitinä ihan kamalaa aikaa, koska en voinut ottaa häntä kotiin takaisin asumaan meidän muiden turvallisuuden takia. Eikä hän itsekään olisi halunnut tulla takaisin kotiin asumaan. Aiemmin oli ollut tilanteita, jolloin olimme joutuneet kutsumaan poliisin paikalle hänen uhkaillessaan muita päihtyneenä.

Me lähettiin hänen isänsä kanssa ulos sieltä asunnosta ja soitettiin poliisit ja kerrottiin, et tämmönen on, et nyt on niinku vaarallinen, et siel on ihan sekopäinen poika veitsen kanssa heilumassa. Ja sit sinne tuli. Loppujen lopuks poika taltutettiin kahden poliisin koirapartion avulla ja vietiin käsiraudoissa lepositeisiin psykiatriseen sairaalaan, jossa hän oli sitten pakkohoidossa sen kolme päivää.

Toisaalta aineistossa esiintyy päinvastainenkin ilmiö, eli läheiset tuovat myös selkeästi esille, että heidän ei tarvinnut koskaan pelätä perheenjäsentään päihteidenkäytöstä huolimatta. He ovat olleet tietoisia päihteitä käyttävän läheisensä turvattomistakin elinolosuhteista ja jotkut ovat olleet mukana konkreettisesti tilanteissa, joissa läheinen on käyttänyt päihteitä.

En minä tuominnut häntä ikinä. Me ei puhuttu hänen huumeitten käytöstä eikä mistään. Hän oli sillon yksi kesä jollai tietokonekurssilla, niin en minä tiä oliko hän, enkä minä epäilly, sanonu hänelle yhtään. En minä halunnu hänelle sitä. Tää oli minun käyttäytymismalli häntä kohtaan, ku ei hän minua koskaa uhannu mitenkään, en minä pelänny mitään.

Kyllä mulla oli myös hänen kanssaan tosi semmonen turvallinen olla, et vaikka oli muutamia aika hurjiaki tapahtumia tapahtu, mut et kyl mul oli niinku.. Meil varmaan kummallakin oli toisiamme kohtaan semmonen hirveen vahva suojelu, suojelun tarve, et se oli varmasti molemminpuolista.

Yllä olevien sitaattien taustalla on hyvin erilaiset lähtökohdat. Ensimmäisessä kertomuksessa läheinen on tietoisesti päättänyt olla puuttumatta perheenjäsenen päihteidenkäyttöön. Hän ei ole halunnut tietää siitä. Useissa kohdissa kertomuksissaan hän painottaa luottamusta, joka hänen ja perheenjäsenen välillä vallitsi. Samoin hän korostaa moneen otteeseen, ettei hänen perheenjäsenensä koskaan uhannut tai käyttäytynyt sopimattomasti häntä kohtaan, joten hänellä ei ollut syytä pelätä. Toisen sitaatin taustalla taas on tilanne, jossa läheinen kertoo olleensa mukana hyvin hurjissakin tilanteissa ja nähneensä konkreettisesti hyvin läheltä perheenjäsenensä päihteidenkäyttöä. Samoin hän korostaa turvallisuudentunnetta, joka perheenjäsenen kanssa vallitsi päihteistä huolimatta.

Turvallisuuden tunteen lisäksi kertomuksissa nousee esille läheisen ja tämän päihteitä käyttävän perheenjäsenen hyvät välit. Vaikka arki on ollut kuormittavaa ja epävakaata, hyvien väliden merkitystä painotetaan joissakin kertomuksissa. Eräs äiti kertoo, että on jälkeinpäin ajatellenkin hyvin tyytyväinen, että välit pysyivät kunnossa loppuun saakka. Aineistossa veljensä menettänyt kertoo, että he olivat veljensä kanssa hyvin samanlaisia ja heillä oli *yhteinen sävel*. Hyvien väliden ja yhteisymmärryksen merkitys painottaa sitä, että ihmissuhde, joka on ollut olemassa ennen päihteidenkäyttöä, on edelleen olemassa huolimatta vaikeasta elämäntilanteesta.

Vähintään yhtä vahvasti kuin pelko perheenjäsenen menettämisestä päihteille, näkyy aineistossa myös toivo tilanteen paranemisesta. Erityisesti kertomuksissa, joissa perheenjäsenen päihteidenkäyttö oli jatkunut vuosia tai jopa yli vuosikymmenen, kuvaukset toivosta tulevat esiin monipuolisesti. Kertomuksissa kuvaukset toivosta ja toivon jatkuvasta ylläpitämisestä saavat jatkuvan menetyksen mahdollisuuden pysymään etäämmällä.

Eihän sitä toivoo oo heitetty ikinä, ja sitten se on menny sillai vähän niin kuin niissä sykleissä, et on ollu parempia kausia ja on ollu huonompia kausia. Et [poika] on näyttäny välillä parempikuntoselta ja välillä huonompikuntosemmalta.

Se osas käyttäytyä ja sitten sille annettiin mahdollisuuksia ja sit kaikkien tuhansien vaikeuksien kautta se sai uuden mahdollisuuden alottaa sen korvaushoidon uudestaan vielä. Ja taas oltiin siellä [sairaalassa] ja tulee toukokuussa kaks vuotta siitä, ei ku mikä vuoden aika se oli, no joka tapauksessa se oli vuotta ennen ku [poika] kuoli, edellisenä vuonna. Ja vielähan siinä ois ollu sitä toivoa, mut eihän se taaskaan, ei se taaskaan sit onnistunu.

Et viikkoo aikasemmin [ennen kuolemaa] tosiaan syntymäpäivänään sano mulle, että äiti mä en taida ikinä näistä huumeista eroon ja sit mä sanoin, että kyllä sä pääset, että yhdessä mennään tätä tietä eteenpäin ja sit viikon päästä hän teki ratkasunsa.

Kuvauksia toivon ylläpitämisestä oli kertomuksissa runsaasti. Tulkitsen toivon ja menetyksen pelon toistensa vastapareiksi, joiden esiintyminen haastattelukertomuksissa vaihtelee. Toivon ja epätoivon jatkuva vaihtelu kuuluu haastatteluissa uuvuttavana. Useissa kertomuksissa aika, jolloin läheinen käytti päihteitä, näyttäytyy uuvuttavana monella eri tasolla. Sen lisäksi, että päihteitä käyttävä perheenjäsen on saattanut käyttäytyä uhkaavasti ja vaatia rahaa tai muuta avustusta, jatkuva valmiustila vie voimia.

Pojan päihteidenkäyttö vaikutti elämäni ennen kaikkea henkisesti paljon. Elin koko ajan varpaillani, keho hälytystilassa. Nukuin huonosti ja keskittyminen työhön oli välillä vaikeaa. Poika saattoi soittaa sekavana tai peloissaan mihin vuorokauden aikaan tahansa haluten joskus rahaa ja joskus kyytiä jonnekin. Viimeiset pari vuotta minulla oli puhelin yöt äänettömällä enkä koskaan uskaltanut vastata tuntemattomiin numeroihin.

No kyl se [epätietoisuus, kun läheisestä ei kuulu] on semmonen varmaan jonkinlainen stressitekijä ollu, huolehaihe, et ehkä niinku.. Oon kovasti kantanu siitä huolta. [...] Ja varmaan aika paljon on vieny sitä semmosta kapasiteettii niin kun kaikesta jaksamisesta ja muusta.

Kun aina tuntu, et kaiken piti mennä hyvin, sit niin kun taas mentiin lujaa ja tosi alas. Niinku just se, et ku sä kiipeet talvella mäkeä ylös ja sinne on hirveen vaikee päästä ja sitte ku sä lasket pulkalla alas tai vuoristoradasta, niin aika nopeesti se alamäki tulee kyllä. Se oli semmosta, jaa ai taasko, että voi helevetti.

Edellä mainitut pelot ja *vuoristorata*, kuten eräs haastateltava kuvaa elämää päihteitä käyttävän poikansa kanssa, on läheisille raskasta. Tutkimusten mukaan erityisesti vanhemmat joutuvat hankalaan tilanteeseen, kun he yrittävät pitää lapsensa turvassa, mutta samalla myös pitää muun perheen tarpeista huolta (Lambert 2018, 13). Elämänvaihe aiheuttaa stressiä ja vie tilaa jaksamiselta kaikkeen muuhun. Uuvuttavuus ilmenee huonosti nukkumisena ja keskittymisvaikeuksina. Joissakin kertomuksissa myös itsemurhalla uhkailu on ollut jatkuvaa, mikä taas saa läheisen avuttomuuden tunteen kasvamaan. *Ihmisellä on niin paha olla*, kuten yhdessä kertomuksessa todetaan viitaten lapsen epätoivoon ja itsemurhalla uhkailuun. Pelko menettämisestä alkaa ottaa yhä enemmän tilaa.

4.1.3 Pelko perheenjäsenen kuolemasta ja menetykseen valmistautuminen

Kertomuksissa pelko perheenjäsenen menettämisestä päihteille kasvaa myös konkreettiseksi peloksi siitä, että päihteiden käyttö voi todella viedä hengen perheenjäseneltä. Useimmilla menetyksen pelko tulee vähitellen ja voimistuu aika ajoin.

Se ei ollu mulle yllätys siis sinänsä, et se tapahtu, koska minä olin sitä pelännyt sanaanka, varsinki viimesen vuoden ajan. Minä oli sitä pelänny niin kovasti. Minä näin jatkuvasti semmosia unia, että oli se arkku siinä ja näin.

Ja sitten, sit sitä aina kun sai sen vastauksen siihen viestiin, kun kysyin, et onks kaikki ok ja hän vastas että joo, niin sitten se taas vähäks aikaa helpotti, että okei, no ehkä on kaikki ok. Vaikka kuitenkin oli koko ajan semmonen epäily, että varmasti ei ole ok, mutta kuitenkin, että ties, ties että se tyttö on, on kuitenkin olemassa vielä.

Yllä olevasta sitaatista kuvastuu vanhemman epätietoisuus ja pelko lapsen menetyksestä. Sama äiti myös kertoo, kuinka hän seurasi aina, onko hänen lapsensa lukenut äidin lähettämiä Messenger -viestejä, jotta tietäisi onko lapsi kunnossa tai ainakin elossa. Näin siis erittäin

arkipäiväinen yksityiskohta, kuten luettu Messenger -viesti, saa kyseisen äidin elämäntilanteessa paljon laajemman merkityksen, kun hän näin tietää, että hänen tyttärensä *on kuitenkin olemassa vielä*.

En tiedä voiko kuolemanpelkoon koskaan viitata sanalla arkipäiväisyys, mutta tietyllä tapaa kuolemanpelko on monissa kertomuksissa esillä ainakin hyvin jokapäiväisenä ilmiönä, jota päihteidenkäyttäjän läheinen ei pääse pakoon. Pelko perheenjäsenen menetyksestä ja jatkuva eläminen pelossa luo tietyllä tapaa raamit kertomukselle. Pelko menettämisestä luo kontekstin, jossa haastateltavat antavat uusia merkityksiä asioille:

Ku mulle sit sairaalasta soitettiin, täs on tää yks kerta vaan, niin tota, niin mähän että helpotus, että se on sairaalassa. Joku äiti vois pelästyä, että sairaalassa, että voi kamalaa sentään, mutta sitten tämmösen päihteidenkäyttäjän kanssa ollaan sit siinä tilanteessa, että no se on ainakin turvassa siellä.

Sukulaisille mä olin tätä sitten ruvennu sanomaan, että [pojalla] on päihdeongelma. Mä olin sanonu.. Siinä oli tätä semmosta, että jos jotain sattuu, niin ei tuu sitten ihan kuin salama kirkkaalta taivaalta.

Eräs äiti myös kertoo toivoneensa, että lapsi pääsisi päihdehoitoon tai *edes vankilaan* pidemmäksi aikaa, jotta raitistuminen ja asioiden kuntoon laittaminen pääsisivät kunnolla käyntiin. Joissakin kertomuksissa vaaralliset ja läheltä piti -tilanteet ovat jatkuneet vuosia, mikä on saanut myös menetyksen pelon jatkuvaksi. Toisaalta yhdessä haastattelussa pelko päihteitä käyttävän perheenjäsenen kuolemasta tuli läheiselle täysin odottamatta hänen löydettyään poikansa päihteitä. Haastateltava oli jollain tasolla tietoinen lapsen päihteidenkäytöstä, mutta pelko pojan lopullisesta menettämisestä tuli osaksi elämää hyvin kokonaisvaltaisesti ja hyvin yllättäen. Hän kutsuu kuolemanpelon aiheuttamaa olotilaa *romahdukseksi*, joka muutti hänen elämänsä suuntaa, mutta ei niin, että hän olisi pitänyt lapsestaan kiinni *kynsin hampain*:

Minä sit siivosin sen makuuhuoneen, minä löysin sieltä semmosen butaanipullon, semmosen kaasun mitä ne imppaa. Löysin sieltä sängyn alta missä [poika] nukku. Sillon minä.. Sillon se maailma jotenki, et herranjestas nyt minä en saa pitää sitä poikaa pitkään. Et sillon se iski se, onks se näin paha juttu, [...] Niin sillon minun maailma romahti.

En minä ajatellu sillon sitä, et minä nyt pidän kynsin ja hampain sitä. Minulla oli vaan se, et minä oon vaan tässä läsnä hänen luona, et hän voi vaik.. Soitti minulle, et onks sinulla mitään syötävää, ootko sinä leiponu. Niin minä vaan elin sitä hetkeä, että hän tulee siihen ja minä voin ne pullat ja sämpylät hänelle tehdä. Ja hän nautti siitä.

Pelko kuolemasta saa kertomuksissa rinnalleen myös tietynlaisen kuolemaan valmistautumisen. Kertomuksissa kuolemaan valmistautuminen on varpaillaan oloa ja epävarmuuden sietämistä. Useissa kertomuksissa ilmenee, kuinka vieraisiin numeroihin vastaaminen on pitkään ollut vaikeaa, kun mielessä on pelko siitä, mitä päihteitä käyttävälle perheenjäsenelle on voinut sattua.

Kyllähän jokainen puhelinsoitto oli aina sellanen, et sitä tuli semmonen tunne, et tuleeks nyt joku soitto, et [tytölle] on sattunu jotain tai jotain. Mutta ikinä mä en oikeestaan osannu ajatella sitä tietyllä tavalla, et hän tekis mitään itsemurhaa oikeestaan, vaan just se, että tulee joku, et hän on käyttäny aineita, et on niinku yliannostus tai joku, tai joku on hänet piessy tai sit tapettu tai jotain muuta. Eli pelko oli siinä koko ajan kuitenkin sitte että.

Toisessa kertomuksessa läheinen kuvaa, kuinka kuolema *piti majaansa* heidän luonaan. Pitkään jatkuva kuoleman pelko ja kuoleman läsnäolo hämärtävät kertomuksissa elämän ja kuoleman välistä rajaa. Kenny ym. (2019) ovat tutkineet pitkäaikaissairaita ja heidän hoitajiaan ja toteavat, että kun tiedetään ihmisen kuolevan pian, elämän ja kuoleman raja sumentuu. Lisäksi yleensä elämä ja kuolema pyritään dikotomisesti erottelemaan toisistaan, ja tällaiseen erotteluun normatiiviset surukäsitykset myös perustuvat. (Mt., 68, 71.) Päihteidenkäyttäjien läheisten kertomuksissa ehdoton vastakkainasettelu kuitenkin asettuu kyseenalaiseksi. Päihteitä käyttävä perheenjäsen on vielä elossa, eikä hänen tiedetä pian kuolevan, mutta kuolema on jo vahvasti läsnä ja olemassa läheisen elämässä. Yhdessä kertomuksessa viitataan myös surutyön tekemiseen jo ennen kuolemaa:

Kyl mä luulen, ku mä oon sit jälkeenpäin pohtinu sitä, ja keskustellu ihan ammattilaisenkin kanssa, niin kyl niinku on, et tietyllä tavalla mä oon tehny sitä surutyötä jo siitä lähtien, kun se koko päihde-elämä tuli mulle tietosuuteen. Niin kyllä mä uskon, että mun alitajunta on tehnyt jollain tavalla sitä surutyötä, luopumista.

Kertoja siis ajattelee surreensa perheenjäsentään jo tämän elinaikana. Myös aiemmasta tutkimuksesta ilmenee tällainen ennakoiva sureminen, joka voi kestää kauankin ennen kuolemaa (ks. Titlestad ym. 2020, 5). Muissa kertomuksissa varsinaista suremista tai surutyötä perheenjäsenen eläessä ei tuoda esille yhtä ilmiselvästi, vaikka kuvauksissa kuoleman pelko, kuolemaan valmistautuminen ja toivo elämän jatkumisesta ovatkin kietoutuneet erottamattomasti yhteen.

Kuolemaan valmistautuminen saa aineistossa ajoittain myös hyvin käsinkosketeltavia muotoja. Yksi haastateltava kertoo, kuinka hänellä oli ollut jo valmiina valittuna valokuvat lapsestaan, jotka hän sitten laittoi Facebookiin lapsen kuoltua. Toinen kertoo, että oli keskusteltuaan musiikista lapsensa kanssa tullut kirjoittaneeksi ylös lapsen lempikappaleet, jotka tämä toivoi soitettavan hautajaisissa. Hän oli myös sattumalta kuvannut lastaan videolle ensimmäistä kertaa tämän aikuisiällä hieman ennen lapsen kuolemaa ja pohti, oliko kyseessä jokinlainen *etiäinen*.

Edellä kuvattu kuolemaan valmistautuminen on voinut olla yhtäältä tietoista ja toisaalta tiedostamatonta asioiden käsittelyä, joka haastattelukertomuksessa saa merkityksiä haastattelun nykytilanteesta käsin. Viimeisiä kohtaamisia menetetyn perheenjäsenen katsotaan menetyksen kokemuksen kautta. Viimeiset puhelut tai viimeiset halaukset saavat kertomuksissa merkityksiä, joita kukaan ei ennalta tiennyt, vaikka pelko menetyksestä olisikin ollut osa elämää jo pitkänkin aikaa. Eräs haastateltavista kertoo myös saaneensa todella vahvan tunteen siitä, että hänen perheenjäsenelleen on tapahtunut jotain juuri hieman ennen tietoa kuolemasta.

Monissa kertomuksissa tulee esille myös tietynlainen käänne tai ainakin suunnanmuutoksen tavoittelu, joka koetaan merkityksellisenä. Käänne voi olla päihdehoitoon liittyvä tai muu yritys katkaista päihdekierre tai saada asioita järjestykseen.

Mä muistan, et [veli] oli tosi tosi väsyny, niinku tosi jotenkin.. Ja se puhu, et hän on niin loppu, niin loppu jotenki, et on pakko lähtee johonki hoitoon, et hän ei, ei täst tuu mitään.

Mä laitoin sitten [tytölle] vielä siinä viestiä, että lähen nyt töihin, että soitellaan sitten myöhemmin iltapäivällä ja laitoin vielä semmosen viestin, että minä tuun ens viikolla sinne, et laitetaan sinun asiat kuntoon nytte. Et tämmönen viesti oli sitten se ja sen [tyttö] oli vielä sitten luku. Sitten myöhemmin päivällä, kun minä yritin laittaa viestiä ja soittaa, niin numeroon ei saanu yhteyttä enää.

Samanlaisia käännteitä juuri ennen kuolemaa on havaittu myös päihdekuolemaa koskevassa tutkimuksessa yleisemminkin (ks. Titlestad, 2019, 8). Tämän tutkielman aineistossa käännteet olivat myös vahvasti sidoksissa läheisten toivoon saada asioita parempaan suuntaan. Eräs äideistä kertoi käyneensä kuuntelemassa luentoa Minnesota -päihdehoidosta hieman ennen lapsensa kuolemaa, mutta arveli sen olleen *liian myöhään*. Myös kuolleet perheenjäsenet ovat osoittaneet hoitomyönteisyyttä juuri ennen kuolemaansa. Tämä kuvaa osaltaan sitä toivon ja epätoivon vaihtelua, joka jatkuu niin kauan, kun läheinen on elossa ja omalla tavallaan vielä kauemminkin.

4.2 Kertomuksia menetyksen ensihetkiltä

Tässä alaluvussa käsittelen aikaa siitä lähtien, kun läheinen saa tiedon perheenjäsenensä kuolemasta. Haastattelutilanteessa siirtyminen varsinaisen kuoleman ja siitä tiedon saamisen käsittelyyn oli monille silminnähden vaikeaa. Oman perheenjäsenen kuolemalle voi olla hankala löytää sopivia sanoja. Tulkitsen siirtymän vaikeuden haastattelutilanteessa myös niin, että joillekin oli erityisen tärkeää, että kuolemaa ennen vallinneet olosuhteet ja tapahtumat oli käsitelty perusteellisesti. Oli ikään kuin luotu riittävä perusta kertoa kuoleman hetkestä ja siitä, kun perheenjäsenen kuolemasta tulee itselle yhä enemmän totta.

4.2.1 Kun tieto tulee

Tutkielmaa varten kertomuksensa jakaneilla ihmisillä vaihtelee todella paljon se aika, joka on kulunut perheenjäsenen kuolemasta. Enimmillään se on lähes kaksi vuosikymmentä, vähimmillään vasta muutama kuukausi. Ajankulusta riippumatta monet kuitenkin totesivat, että

muistavat paljon yksityiskohtia siitä hetkestä, kun saivat tietää läheisensä menehtyneen. Aineistossa ilmenee hyvin erilaisia tapoja reagoida juuri tulleetseen uutiseen. Useammassa kertomuksessa kuvataan pysäyttävän uutisen jälkeisen tunnelman olevan jollain tapaa epäuskoinen. Kaikki pysähtyy, mutta samalla aika menee eteenpäin. Se, mitä on saanut juuri tietää, jää ikään kuin ilmaan leijumaan, eikä menetys vielä tunnu aivan todelliselta. Asian käsittäminen ei tapahdu heti. Edes jälkeenpäin tunteiden ja olotilojen kuvailu ei ole helppoa läheisille.

Kyllähän se on sitten.. Semmonen epätodellinen sellanen, että semmonen vaan, et sitä vähän leijailee semmosessa.. Sithän se maailma siihen pysähtyy kyllä hetkeks.

Siis semmonen vaan jotenki epäuskonen, epätiedoton olo. Et okei se iski päin kasvoja, et [tyttö] on kuollu, mut siinä kuitenkin se semmonen tunne, et vähän niin kuin olisin ulkopuolella siinä tilanteessa.

Kahdessa kertomuksessa kuvataan kuolemasta tiedon saannin jälkeistä olotilaa siten, että on mennyt *shokkiin* tai *sekaisin*. Menetys voi vyöryä yli niin voimakkaana, että se vie jalat alta kirjaimellisestikin. Toisaalta toisessa kertomuksessa shokki ilmenee siten, että haastateltava on ikään kuin kieltäytynyt ottamasta vastaan tietoa kuolemasta ja lopettanut puhelun ja laittanut puhelimen kiinni.

Minä sit kävelin [kaupunginosaan] ruokaostoksille töiden jälkeen, niin kassal soi jo puhelin silleen vihasesti. Minä olin et ei, en minä tuohon tuntemattomaan numeroon voi vastata. Sit minä kuitenkin ulkona vastasin ja [paikkakunnan] poliisista, et heillä on ikäviä uutisia. [...] He sano et heillä on ikävä uutinen, suru-uutinen. Sillon minä huusin. Minä huusin siellä kaupan pihassa, [oli] lunta ja kylmä ja minä sanoin, et älkää tässä käykö sanomaan ulkona minulle mitään, et soittakaa ambulanssi tai viekää nyt johonki tästä. [...] Minä lähin sit kävelemään siitä, ja minä varmaan pyörin siinä maassakin, siinä lumessa, eikä kukaan kiinnittänyt mitään huomiota. Ja sit se poliisi lopetti puhelun ja minä harhailin siitä sit tonne (kaupunginosan) terveysasemalle.

[...] Sit siinä [koti]matkalla isä soittaa ja mä muistan vaan, kun mä vastasin ja se itkee ihan kauheesti ja se sanoo, et [veljeä] ei oo enää ja mä en sanonu mitään. Mä löin sille luurin korvaan, laitoin puhelimen kiinni ja mä muistan kuinka niinku.. No varmaan ihan samantien pamahdi shokkiin.

Kahdessa muussa kertomuksessa jo poliisien näkeminen ovensuussa on tuonut kuoleman läheisen tietoisuuteen, ennen kuin mitään on ehditty vielä edes kertoa. Läheiset ovat myös poliiseille kertoneet, ettei suru-uutinen tullut yllätyksenä. Jotkut kuvaavat kertomuksessaan, että ovat ottaneet tiedon vastaan melko rauhallisena.

Minä olin siis silleen omasta mielestäni suht rauhallinen, en minä niinku.. Koska tuskin minä menin mihinkään shokkiin, koska minä muistan kuitenkin kaiken. Minä heti tavallaan osasin taas niin kun toimia.

Se oli semmonen yö, et en mä varmaa, mä en itkeny varmaan kyyneltäkään silloin. Et vasta sit seuraavana päivänä alko, et sit mä rupesin, tai menin töihin sitten työterveyshuoltoon, et mä en nyt vissiin pysty tekemään täs töitä.

[...] Mutta ei mulle se ollu sellanen, semmonen hirvee romahdus, että mä oisin romahtanu jonnekin tai sitten mulla on vahva psyyke. Ja mä sanoinkin papille, että päihteiden käyttäjien vanhemmat on monissa liemissä keitetty.

Yllä olevissa kuvauksissa läheiset toteavat, että eivät kuolemasta tiedon saatuaan menneet shokkiin tai esimerkiksi heti itkeneet. Viimeisessä sitaatissa taustoitetaan tilannetta sillä, että lapsen pitkälinen päihteidenkäyttö on jollakin tapaa valmistanut vanhempaa saatuun tietoon ja sen vastaanottamiseen. Tulkitsemme kuvaukset myös vuoropuheluna suremisen kulttuurisien normien kanssa, jotka ovat pitkälti muodostuneet surun vaiheittaisuutta korostavan tutkimuksen pohjalta (ks. Pulkkinen 2016, 56). Shokkia tai romahdusta ei ole kertojille tullut, mutta sellaisen reaktion mahdollisuus tiedostetaan.

Yhtä kertomusta lukuun ottamatta kaikissa mainitaan lopullisen tiedon kuolemasta tulleen poliisilta. Kahdelle haastateltavalle poliisi on antanut tiedon kuolemasta puhelimitse. Kun kertomuksissa tuli esiin tapahtumia, jotka ovat jääneet harmittamaan tai mietityttämään muiden ihmisten toiminnassa, ne tulivat lähes poikkeuksetta tässä kohtaa, kun tieto kuolemasta kerrotaan tai kun on juuri tuoreeltaan saanut tiedon perheenjäsenensä kuolemasta.

Minä sanoin, että ette te voi sanoa, että [poika], minun rakas [poika] on kuollu. Tääl pakkasessa! [...] Että se oikeesti jäi niinku.. Jääny kaivelemaan tai harmittaan, et on sanottu puhelimesta.

Mut se poliisin käytös, ku se soittaa siellä. Voi vitsi, se on niin tahditonta! Et tosissaan tuli se mieleen et nyt on yks huumeongelmainen vähemmän heillä, heidän poliisipiirissä, tällänen ajatus väkisin tulee. Et ei tuollasta puhelimesta sanottas missään. Minä oikein kiihdyn siitä muistosta.

Yllä olevat sitaatit ovat samalta haastateltavalta. Hän palasi haastattelun aikana monta kertaa siihen, että oli saanut tiedon lapsensa kuolemasta puhelimitse ja se häiritsi häntä yhä kovasti. Poliisin toiminta suruviestiä tuodessaan tuntui haastateltavan mielestä kylmältä. Kertomuksesta tulee ilmi, että läheinen kokee tulleen stigmatisoiduksi poliisin taholta päihdekuoleman vuoksi. Hänen kertomuksessaan suruviestin välittäminen puhelimitse liittyy nimenomaan siihen, että perheenjäsen on kuollut päihdeiden vuoksi.

Myös toinen haastateltava ilmaisee tyytymättömyytensä poliisin toimintaa kohtaan. Poliisit olivat yrittäneet käydä hänen ovellaan, mutta hän ei ollut avannut ovea tuntemattomille. Lopulta eri vaiheiden jälkeen varmuus pojan kuolemasta tuli poliisilta puhelimitse. Haastateltavaa oli tapahtuman jälkeen jäänyt vaivaamaan, että poliisi oli antanut hänelle harhaanjohtavaa tietoa puhelimesta:

Sit mä niinku, et onneks mä en päästäny niitä sisään, koska ne väitti vielä, [...] et on käytetty suonensisäisiä huumeita. Sit mä soitin [pojan] isälle, et siel on käytetty suonensisäisiä huumeita ja näin on tapahtunu ja olin ihan sekasi. Kunnes seuraavana päivänä tää poliisi, joka oli ollut paikalla, niin sano, et ei oo käytetty. Että sairaalassa oli annettu suonensisäisiä kipulääkkeitä. Niin sit mä olin oikeen tyytyväinen, et mä en päästäny niitä poliiseja sisään.

Kuvauksesta ilmenee haastateltavan tyytymättömyys poliisin epätarkkuutta kohtaan. Kuvaus myös ilmentää sitä, että oikea tieto kuolemaan johtaneista syistä on läheiselle tärkeää. Tutkimusten mukaan oikea tieto kuolemaan johtaneista syistä voi myöhemminkin olla tarpeellista, kun läheinen yrittää käsittää kuolemaa ja etsiä sille merkityksiä (Feigelman ym. 2012, 62).

Myös muut kohtaamiset tai kohtaamattomuudet ovat jättäneet kertomuksissa toivomisen varaa. Esimerkiksi yksi haastateltava kokee, että häntä ei ollut terveydenhuollossa kohdattu ihmisenä, sillä hänelle oli vain tarjottu lääkkeitä ilman mitään muuta apua tai tukea akuutissa surussa. Kohtaamattomuus tai suoranainen ammatillinen virhe tulee myös ilmi toisen haastateltavan kertomuksessa:

Mullahan kävi siinä just ihan hirvee tilanne, että kun mä menin sinne sairaalaan ja pääsin sitten vuorollani siihen tiskille siinä, tohon keskussairaalaan niin.. Sit mä selitin vaan näin, että mä oon saanu tunti sitten tietää, että mun tyttö on tehny itsemurhan, menny junan alle, et mä tarttis nyt jotain rauhoittavaa, että mä saisin nukuttua, että unilääkettä tai jotain. Niin siellä semmonen nainen sairaanhoitaja sanoo mulle, että meillä on aika pitkät jonot täällä nyt lääkärille. Sit mä sanoin, että ymmärrkö sä, että mä en jaksa olla nyt täällä. Niin tota sitten hän otti sellasen asenteen, että hän kävi tälleen nojaamaan siihen tiskiin ja katsoi minua ylöspäin ja sanoi ”kuule tähän ei nyt auta mitkään rauhoittavat eikä unilääkkeet, suru on surtava pois”.

Haastateltava jatkaa tilanteen kuvausta kertomalla lähteneensä pois päivystyksestä, ilman että hoitaja olisi yrittänyt saada häntä jäämään. Tilanteen kuvauksesta huokuu hoitajan epäammattillisuus ja ammattietiikan vastainen toiminta, sillä hän on sivuuttanut äidin hädän ja epätoivon, kun tämä on juuri saanut kuulla lapsensa kuolemasta. Vakavan virheen lisäksi kuvaus on myös valitettavan hyvä esimerkki yhteiskunnassamme edelleen vallitsevasta surukäsityksestä, joka on hyvin kapea ja suhtautuu suruun jonakin, joka on suoritettava pois mahdollisimman pian (ks. Pulkkinen 2016, 43.)

Erään haastateltavan pomo oli ensimmäisinä sanoinaan todennut, että *nyt sä ainakin tiedät, missä se on*. Haastateltava kertoo, että hän ei edes tiennyt, missä hänen poikansa oli, kun kuolemasta oli kulunut vain tunteja. Hän arvelee kommentin olevan epäonnistunut yritys lohduttaa. Kommentointi on myös tulkittavissa päihdekuoleman aiheuttaman surun epäoikeuttamiseksi, sillä se ei tunnusta menetystä. Tökeröä tai sopimatonta kommentointia haastateltavat olivat kuitenkin kohdanneet lopulta melko vähän. Kanssaihminen kommentointia myös ymmärretään, eikä kukaan odottanut muilta mitään erityistä, koska tilanteessa ei oikeastaan voi kommentoida *mitään hirmu järkevää*, kuten yksi haastateltava summaa. Sen sijaan viranomaisilta, kuten poliisilta ja terveydenhuollon henkilökunnalta on lupa odottaa ammatti- maista käytöstä ja toimintaa myös silloin, kun päihteisiin kuolleen läheinen on kyseessä ja tarvitsee apua. Tilanne, jossa tieto kuolemasta tulee läheisen tietoisuuteen, on hyvin herkkä ja sillä on myös merkitystä tulevien tapahtumien kannalta. Kuten aineistosta käy ilmi, kaikki kokevat ja suhtautuvat tietoon omalla tavallaan, ja juuri siksi suruviestin tuovan poliisiin tai muun juuri suruviestin saaneen kohtaavan viranomaisen olisikin annettava tilaa ja osoitettava ymmärrystä juuri tuon kyseisen ihmisen menetykselle.

Merkillepantavaa päihdekuolemasta viestiä viedessä on myös omaisten pitkälinen eläminen pelossa, jopa niin, ettei tuntemattomiin numeroihin vastata laisinkaan tai ovea ei avata, mikäli

ei tiedetä ennalta tulijaa. Niinpä kun ihminen on kuollut päihteisiin, tulisi viranomaisen jaksaa nähdä vaivaa sen eteen, että viesti kuolemasta saadaan saatettua omaisten tietoon henkilökohtaisesti.

4.2.2 Menetys tulee todemmaksi

Kun tieto läheisen kuolemasta on saatu, ei se vielä välttämättä ole itselle totta. Hakolan (2014, 73) mukaan kuolema tuo läheisen elämään hetken, jolloin historia ja tulevaisuus taukoavat, kun entiseen ei voi enää palata ja tulevaisuudesta ei tiedetä. Hänninen (2000, 143) taas kuvaa vakavasti sairastumista elämäkerrallisena katkoksenä, josta seuraa hetkellinen tarinallinen tyhjiö. Kertomuksissa perheenjäsenen kuoleman voi ajatella aiheuttavan samantyyppisen katkoksen. Tieto rakkaan läheisen menettämistä kuvautuu kertomuksissa paitsi epätodelliseksi, myös kuin liian suurelta vastaanotettavaksi. Joissakin kertomuksissa onkin nähtävissä tietynlainen tarve saada aikalisä tai aika pysähtymään hetkeksi, kun tieto läheisen kuolemasta on tullut tietoisuuteen. Kun tieto perheenjäsenen kuolemasta on liian iso asia käsitettäväksi tai käsiteltäväksi siinä tilanteessa, täytyy tilanne saada poikki. Yhdessä kertomuksessa haastateltavan tapa saada aika pysähtymään hetkeksi on ollut alkoholi. Haastateltava kertoo paenneensa omaa tuskaansa juomiseen. Hän on alkoholisti, mutta on ollut raittiina jo vuosia ennen lapsensa kuolemaa:

Siitä alko minulla sit se siiderin lipittäminen ja sitä ennen seitsemän vuotta olin ihan kuivilla. Et en minä sitäkään syytä, et [pojan] kuolema se nyt laukas. Se oli ihan hyvä! Minä olisin varmaan henkisesti ihan sekasin mennyt. Sekasin olin sillonki.

Minä en halunnu sen kauheen päivän jälkeen ajatella koko.. Et minä halusin pois sen tuskan, sen kauhun. Minä ajattelen näin jälkeinpäin nyt sitä, et minä pakenin tavaltaan sitä ajatusta tai sitä tietoisuutta siitä.

Haastateltava kuvaa, että olisi mennyt *ihan sekasin*, jos ei olisi paennut tilannetta juomiseen. Hänen kertomuksessaan oma päihtyminen on tapa kestää suru-uutinen. Vielä hautajaisissa hän kertoo olleensa hyvin vihainen kaikille ja kaikelle, eikä *halunnut elää sitä hetkeä*. Hänelle tarjottiin apua päihdeongelman hoitoon, mutta kun läheisen menetys oli akuutti, hän ei

kokenut tarvitsevansa apua oman päihdeongelman hoitoon vaan nimenomaan apua menetyksen tuskan käsittelyyn. Parin kuukauden päästä hän lopetti juomisen kokonaan. Päihdekuoleman aiheuttaman surun tiedetään olevan riskitekijä myös jäljellejääneiden omaisten päihteiden käytölle (Templeton 2018, 128). Haastattelukertomuksessa läheisen oma juominen pojan kuoleman jälkeen kuvautuu haastateltavan nykytilanteesta käsin ikään kuin tietoisena riskinä, jonka hän on ottanut selvitäkseen kuoleman ensihetkistä. Toisessa kertomuksessa haastateltavan bulimiaoireilusta, jota on ollut jo ennen perheenjäsenen kuolemaa, tulee myös keino helpottaa menetyksestä johtuvaa pahaa oloa.

Menetys tulee yhä todemmaksi pikkuhiljaa ja eri tavoin. Joidenkin läheisten kohdalla kuolleen perheenjäsenen näkeminen ja koskettaminen ovat saaneet ymmärtämään menetyksen todellisuuden.

Mut sit varasin ajan tonne oikeuslääketieteelliselle ja sit se tuli niinku todeks, ku näki, et kyl se on se poika, joka siinä makaa. [...] Se oli ihan nätisti sinne laitettu, et se oli kappeli, siinä lakanan alla ja aika kylmähän se oli. Et sit se tuli niinku todelliseksi sitten.

Minulla oli alkuun hyvin epätodellinen olo, että onko hän oikeasti kuollut, vai onko poliisi ja sairaala ehkä erehtynyt. Pojallahan ei ollut henkilöllisyyspapereita. Ehkä ruumis olisikin joku toinen. Oli hyvin tärkeää, että näin hänet ja sain siinä hyväksyä.

Minä otin pienen enkelin, sit annoin hänelle. Niin sillä enkelillä hiljaa kosketin häntä, sillä siivellä vähän tohon poskeen. En minä halunnu sitä kylmää tunnetta, tai en minä tiää, kylmä se varmasti ois ollu. En silittäny. Hän nukku kauniisti. Me laitettiin hänelle omat vaatteetki.

Viimeisen sitaatin äiti kertoo myös laittaneensa yhdessä lastensa kanssa pieniä lahjoja kuolleen lapselle. Perinteisesti vainajan näkeminen on vahvistanut kuoleman todellisuutta, jolloin vainajan ruumis symboloi ihmisen poissaoloa. Toisaalta esimerkiksi vainajan persoonallisen pukemisen tai vainajalle tärkeiden asioiden laittamisen arkkuun mukaan voidaan nähdä kuolleen ihmisen sosiaalisen läsnäolon jatkumisena. (Valentine 2010, 1, 3-4.)

Menetyksen tuleminen todeksi tarkoittaa joissakin kertomuksissa myös menetyksen sosiaalista jakamista. Eräs haastateltava puhuu *viestin viemisestä* viitaten prosessiin, jossa tietoa perheenjäsenen kuolemasta lähdetään viemään eteenpäin muille perheenjäsenille ja sukulaisille. Tämän tutkielman aineistossa kuolleen päihteiden käyttäjän äiti on lähes poikkeuksetta

ollut se ihminen, jolle tieto kuolemasta on tullut ensimmäisenä, ja jonka tehtäväksi on tullut kertoa siitä muulle lähipiirille. Viestin vieminen vaikkapa kuolleen lapsen toiselle vanhemmalle tai sisaruksille tekee menetyksestä jaettua todellisuutta. Tilanteessa, jossa läheinen on kuolemasta tiedon saatuaan kieltäytynyt käsittelemästä sitä, osaaottavan tekstiviestin saaminen pakottaa kohtaamaan tapahtuneen ainakin jollakin tasolla:

Et sit kun tavallaan kun se viesti tuli, niin se oli vielä se varmuus tai jotenki varmaan niinku se, että se oli sittenkin totta.

Yllä olevan sitaatin tilanne on se, että haastateltava on ikään kuin sulkenut pois mielestään tiedon kuolleesta veljestään. Osaaottavan viestin saaminen pakottaa menetyksen taas tietoisuuteen. Seuraavana päivänä haastateltava kertoo romahtaneensa koulupsykologin vastaanotolla ja kokee jälkeenpäin ajatellen hyvänä, että asian on voinut jakaa ensin nimenomaan jonkun perhepiirin ulkopuolisen kanssa.

Menetys siis tulee vähitellen todemmaksi. Eri ihmiset tarvitsevat erilaisia asioita ymmärtääkseen *pahimman painajaisen* käyneen toteen. Menetyksen käsittäminen todeksi alleviivaa mielestäni myös sitä, millainen fyysis-psykyk-sosiaalinen -kokonaisuus ihminen on. Pelkkä tieto, pelkät sanat, eivät välttämättä riitä tekemään menetystä todentuntuiseksi heti, vaan tarvitaan myös eri aisteja kuten näkemistä ja koskettamista. Menetyksen jakaminen muiden ihmisten kanssa tekee asiaa edelleen todemmaksi itselle.

4.2.3 Surun toiminnallisuus

Kertomuksissa sureminen saa tekemiseen ja toimintaan liittyviä muotoja. Tutkielman yhteensä seitsemästä haastateltavasta ja kirjoittajasta yksi on läheisen menetyksen aikaan opiskellut, yksi on ollut eläkkeellä ja loput viisi ovat olleet työelämässä. Työn tekeminen ja paluu töihin ovatkin merkittävässä roolissa kertomuksissa. Kaikki työssäkäyvät olivat läheisen kuoltua ainakin jonkinlaisella sairauslomalla. Haastateltava, joka oli sairauslomalla kaksi päivää, kertoo, että *piti vaan tehdä asioita, että selvisi*. Toisessakin kertomuksessa pikainen paluu työhön on jälkeenpäin osoittautunut hyväksi ratkaisuksi:

Aluksi en saanut nukuttua ja syötyä. Menin työterveyslääkärille, joka totesi, että kuolostan hyvin rationaaliselta ja olen hyvin realiteeteissa ja kirjoitti yhdeksän päivää sairauslomaa. Tätä jälkeenpäin mietin, että toisaalta se oli ehkä hyväkin, että palasin arkeen nopeasti, enkä jäänyt kotiin makaamaan. Töissä sain muuta ajateltavaa enkä ollut yksin kotona.

Työhön pikaista palaamista on joillakin helpottanut myös se, että työyhteisössä on jo ennestään tiedetty perheenjäsenen ongelmallisesta päihteidenkäytöstä. Työnteko ja muu tekeminen tulevat kertomuksissa esille sellaisessa merkityksessä, että läheinen on näin pitänyt itsensä kiireisenä ja saanut muutakin ajateltavaa. Kuolemansuruun liittyvässä tutkimuksessa tällainen “liian ajan” ja ajatusten yhtälö ilmenee juuri tasapainoiluna kuoleman reflektoinnin ja toisaalta itsensä kiireisenä pitämisen välillä (Kenny ym. 2019, 63-64). Työssäkävillä töihin paluu melko pian perheenjäsenen kuoltua näyttäytyy juuri tuovan tasapainoa omille ajatuksille ja reflektoinnille. Täytyy kuitenkin huomioida, että yksi haastateltavista on myöhemässä vaiheessa uupunut, mihin katsoo syyksi juuri surun *hukuttamisen* työhön. Surun kokemisen subjektiivisuus on siis tärkeää tiedostaa tästäkin näkökulmasta.

Myös muunlainen konkreettinen tekeminen tulee aineistossa esiin keinona elää päivä kerrallaan. Perheenjäsenen kuollessa on usein paljon käytännön asioita järjestettävänä. Asioiden järjestely voi olla helpottavaa, kun on jotain konkreettista tekemistä. Toisaalta puuduttava paperisota voi myös viedä liikaa vähäisistä voimista.

Ku piti ruveta jotain tekemään ja järjestelemään noita juttuja, niin se tavallaan vähän ehkä niinku autto kestämään sen asian, et oli sitä puuhaa siinä, että ei kerinny ihan koko aikaa itkee.

Siinä on ihan hirveesti kaikkee tämmöstä byrokratiaa ja paperisotaa sun muuta, kun pitää ne perunkirjat tehdä. Tavallaan vaikka ei oo tytöllä mitään omaisuutta ja tili on tyhjä ja kaikkee näin. Et ihan hirveesti joutuu kaikkee tämmöstä tekemään, et se niin kun välillä ihan raivostutti, et miks pitää vielä tän kaiken lisäksi tämmöstä jonnin joutuvaa tyhmää paperisotaa, jolla ei ole loppujen lopuksi mitään merkitystä minkään kannalta.

Muissakin kertomuksissa tulee esille, että byrokratian määrä tuntuu kohtuuttomalta nimenomaan siihen nähden, että kuollut henkilö on useimmiten ollut täysin vailla varoja ja omaisuutta. Pähdekuoleman yhteydessä byrokratia ei tosin välttämättä rajaudu edes kuoleman jälkeisiin ensimmäisiin kuukausiin, mikä saattaa pakottaa myös läheisen palaamaan kuoleman tai esimerkiksi tehtyjen rikosten yksityiskohtiin aina uudelleen.

Sillä hetkellä mielekkäältä tuntuva tekeminen voi kuitenkin helpottaa oloa ja auttaa käsittelemään menetystä. Esimerkiksi hautajaisten järjestely on joillekin ollut merkityksellistä tekemistä. Eräs äiti esimerkiksi kertoo, kuinka oli levittänyt sanaa hautajaisista lapsensa ystäville, joista suuri osa itsekin oli päihteiden käyttäjiä. Lisäksi hän kokee papin todella paneutuneen puheen pitämiseen ja hautajaisten olleen hänen itsensä lisäksi hyvä tilaisuus myös muille osanottajille. Erityisen mieleenpainuvaa hautajaisissa oli myös ollut lapsen kahden ystävän pitämät pienet puheet, kun pappi oli pyytänyt hautajaisvieraita muistelemaan lasta. Toinen äiti puolestaan kertoo riidelleensä papin kanssa ennen hautajaisia ja lopulta pitäneen itse puheen lapsen hautajaisissa:

Mä päätin, että mä puhun itse ja pidin sen puheen siellä oman lapseni arkulla. Mä voin sen sanoo, että kyllä se oli vaikeimpia asioita, mitä ihminen voi tehdä.

Kuolemaan yleisesti ja pähdekuolemaan erityisesti liittyy usein paljon byrokratiaa, joten hautajaisten järjestely voi olla omaisille kuoleman jälkeen ensimmäisiä asioita, joista he itse voivat olla vastuussa viranomaisten sijaan (Ford ym. 2018, 55). On siis ymmärrettävää, että hautajaisiin liittyy tästäkin näkökulmasta paljon latautuneisuutta ja odotuksia.

Joissakin kertomuksissa haudalla käymisellä on suuri merkitys menetyksen käsittelyssä. Myös haudalla käyminen on hyvin konkreettista tekemistä, ei vain ajatusten ja tunteiden tasolla tapahtuvaa menetyksen käsittelyä, minkä merkitys korostuu aineistossa erityisesti silloin, kun perheenjäsenen kuolemasta ei ole vielä kulunut paljoa aikaa. Yksi äideistä pohtii syytä alkuvaiheessa haudalla käymiseen siitä näkökulmasta, että hänellä ei ollut muuta mahdollisuutta olla yhteydessä lapseensa:

Jotenki se vaan tuntu, et okei nyt mulla ei oo muuta mahdollisuutta olla sen [tytön] kans tekemisissä, niin minä käyn nyt siellä haudalla. Kun minä en voi enää soittaa, enkä laittaa viestiä, enkä nähä, niin minä nyt käyn siellä.

Elämän ja kuoleman välinen raja voi lääketieteellisesti olla yksinkertaisempaa asettaa, vaikka ei silloinkaan yksiselitteistä (Pulkkinen 2016, 107; Hakola & Kivistö & Mäkinen 2014, 9). Tutkimuksessa käytetään myös käsitettä sosiaalinen kuolema, joka viittaa kuolleen yksilön roolin lakkaamiseen yhteisössä (Koski 2014, 108). Edellä kuvatussa sitaatissa kuvastuu kuitenkin se, että vaikka lapsi on kuollut ja hänet on haudattu, side elävän ja kuolleen henkilön välillä on edelleen olemassa. Tilanteesta myös kuvastuu se, kuinka jatkuva side ei ole vain mielensisäinen asia, vaan sillä on myös sosiaalinen ja materiaalinen ulottuvuus (Valentine 2008, 4, 150, 152). Elämän ja kuoleman raja on siis tästäkin näkökulmasta liukuvampi tai ainakin vähemmän dikotominen kuin yleensä tieteessä ja arkipuheessakin annetaan ymmärtää.

Tekeminen voi myös saada pakottavia merkityksiä, kun kynttilän polttaminen, haudalla käyminen tai muu muistaminen muodostuu omassa mielessä ja omassa elämässä asiaksi, joka on ikään kuin pakko suorittaa. Haudalla käymisen unohtaminen voi saada aikaan itsesyytöksiä ja huonoa omatuntoa.

Katsoin almanakkaa, et hyvänen aika, et nyt on 12. päivä ja 10. päivä minä en käyny haudalla. Minä säikähin, et onks minusta tullu jotenki tunteeton ja kylmä.

Alussa mulle oli hirmu tärkeätä, että mä käyn [tytön] haudalla joka päivä, mut sitten minä jotenkin niinku aattelin, että no okei, eihän se nyt ole siellä se [tyttö]. Että minkä takia minun pitäis siellä nyt tavallaan joka päivä käydä. Että osotanko minä nyt tavallaan muille ihmisille, että joo kyllä se tyttö on koko ajan täällä minun mielessä ja näin. Mutta sitten minä aattelin, että sehän on minun sydämessä koko ajan, ajatuksissa ja sillä tavalla, että eihän se oo mikään ratkaseva juttu, että minä siellä haudalla joka päivä käyn. Niin en minä nyt oo siellä enää joka päivä käynyt, mut useesti käyn kyllä kuitenkin.

Suruun liittyvä tekeminen ja sen pakottavuus nousee aineistossa esiin erityisesti tilanteessa, jossa perheenjäsenen kuolemasta ei ole kulunut vielä kovin paljon aikaa. Pakottavuuteen voi myös liittyä ajatukset muiden odotuksista ja niiden täyttämisestä, eli ajatus siitä, sureeko nyt

oikealla tavalla. Kuten yllä olevasta katkelmasta ilmenee, voi surua alkaa suorittamaan muiden ehdoilla tai ainakin muiden odotuksia ajatellen.

Kaiken kaikkiaan tekeminen menetyksen käsittelyn ja suremisen muotona näkyy aineistossa tärkeänä väylänä. Tekeminen ei ole pelkkiä ajatuksia, vaan jotain konkreettista. Konkreettinen tekeminen näkyy yhtäältä vievän ajatuksia pois menetyksestä ainakin hetkellisesti. Toisaalta tekemisen kautta voi myös kohdistaa mielen menetykseen haluamallaan hetkellä ja vaikka haluamassaan paikassa, kuten haudalla tai kynttilän ääressä.

4.3 Kertomuksia elämisestä surussa

Tässä analyysin osassa mennään siihen vaiheeseen, kun päihteitä käyttävä läheinen on kuollut, surun ensihetket on koettu ja menetyksestä on tullut lähtemätön osa läheisen elämää. Joissakin kertomuksissa tämä aika on vielä laskettavissa kuukausissa, toisissa on jo kulunut vuosia. Alaluvun lopuksi ajallisesti siirrytään myös tulevaan aikaan, joka on kaikille yhtä tuntematon.

4.3.1 Surua helpottava sanallistaminen

Aineistossa korostuu puhumisen tärkeys ja helpottava voima läheisen surussa. Tutkielman aineisto on kerätty pääosin haastattelemalla, joten oli myös odotettavissa, että haastateltaville puhuminen on luonteva keino käsitellä asioita. Kuten analyysin aiemmassa vaiheessa jo on tullut esille, puhuminen on ollut monille tutkielmaan osallistuneille tärkeä kanava tunteiden ja ajatusten käsittelemiseen jo perheenjäsenen päihteiden käytön aikana. Menetyksestä puhuminen tekee sitä ymmärrettävään muotoon myös surijalle itselleen. Menetyksestä puhuminen tulee esille myös surututkimuksessa yleisemmin ja vaikka kuolemasta tai kärsimyksestä puhuminen voidaan kokea vaikeana tai jopa epäsoveliaana, sen katsotaan edustavan hyvin

länsimaista tapaa surra (Pulkkinen 2016, 197; Hakola 2014, 80; Tiilikainen 2004, 114). Aineistossa menetyksestä puhuminen ja se, että joku kuuntelee, näyttäytyy yhtenä merkittävimpänä keinona käsitellä ja näin käsitteellistää menetystä.

Se on mun voimavara, et mä oon pystyny puhumaan, puhumaan, puhumaan ja kertomaan. Ja mä uskon, et se on vieny mua sit tavallaan eteenpäin, että mä oon nähny elämässä muutaki, ku sen surun ja mustan verhon. Että kyl mä uskon siihen puhumisen voimaan. Et ku sä puhut ja avaat asiaa, niin sitten se on helpompi hyväksyä ja ymmärtää ja sillai.

Mä puhuin [veljestä] tosi paljon, varmaan tyylin kaikille, jotka vähänki siinä sattuu kuuntelemaan. Siis se oli jotenki semmonen, että mun tarve puhua oli ihan valtava jotenki. Ja se oli varmaan myös semmosta, mä oon jälkeenpäin ajatellu, et mä pidän sitä niinku hengissä. Mulla oli hirvittävä pelko siitä, että mä unohdan.

Ne [entuudestaan tutut psykiatriset sairaanhoitajat] vaan kuunteli, eikä siinä tarvinnut mitään olla, ku joku ihminen, joka kuuntelee.

Kuten yllä olevissa sitaateissa korostuneesti näkyy, perheenjäsenen menetyksestä on ollut kova tarve puhua ja välillä kuuntelija on saattanut löytyä erikoisemmistakin paikoista. Eriytyisesti yhdessä kertomuksessa perheenjäsenensä menettänyt läheinen on puhunut menetyksestään hyvin monille eri tahoille. Hän on käsitellyt sitä diabeteshoitajansa kanssa, soittanut päivystävään päihdepuhelimeen ja myös ennestään tutuille psykiatrisille sairaanhoitajille. Haastateltava kertookin puhuvansa menetyksestään hieman vieraampien ihmisten kanssa lähipiiriin sijaan. Läheisimpien ihmisten kanssa puhuminen ei aina tunnu luontevalta tarpeiden erilaisuudesta johtuen. Kertomuksissa ilmenee myös, että puhumista ei aina seuraa itsestään selvästi kuuntelu. Jotkut haastateltavista nimenomaan korostavat sitä, että heille helpotusta on tuonut se, että joku aktiivisesti ja aidosti kuuntelee, kun he puhuvat menetyksestään. He eivät ole kaivanneet välttämättä neuvoja tai edes lohdutusta suruun, vaan yksinkertaisesti sitä, että he ovat tulleet kuulluiksi.

Oikeastaan missään kertomuksessa muiden perheenjäsenten tai sukulaisten kanssa puhuminen ei nouse erityisen isoon rooliin suremisessa. Toki heidän roolinsa on voinut olla merkittävä, mutta haastattelukertomuksissa se ei ilmene. Sen sijaan korostetaan hyvin paljon ystävien kanssa keskustelua, varsinkin sellaisten, joille päihdeongelmat ovat jollain tasolla läsnä omienkin läheisten tai aiempien omien kokemusten kautta. Tällöin menetyksestä voi puhua

avoimesti ja vaikka mustalla huumorilla höystettynä. Joillakin arki päihteidenkäyttäjän läheisenä on kestänyt hyvin monia vuosia ja he tiedostavat sen välillä olleen raskasta heidän omille ystävilleenkin:

Mulla on yks hyvä ystävä, jolle mä oon voinu kertoa asioista aika suoraan. Siis laittanu viestiä keskellä yötä, että nyt menee taas päin helvettiä. Kyl hän on myöhemmin sanonu, ku mä oon kiitelly et kiitos sulle, et kyl se aika rankkaa oli välillä kyllä.

Erään äidin kertomuksessa tulee esille myös kuolleen lapsen ystävien kanssa käydyt keskustelut. Hän kertoo, että kahvilla käyminen menetetyn lapsen ystävien kanssa on ollut osa hänen surutyötään. Tutkimuskirjallisuuden perusteella ystävien suru ja vielä erityisesti päihteitä käyttävien ystävien suru ohitetaan ja epäoikeutetaan helposti vähäpätöisempänä perheen suuruun verrattuna (ks. Templeton ym. 2018, 126). Edellä mainitun äidin kertomuksesta tällaista epäoikeuttamista ei voi paikantaa. Toisessa kertomuksessa haastateltava sanoo, että hän ei ole halunnut ottaa yhteyttä lapsen kavereihin, koska ei ole ollut heidän kanssaan tekemisissä ennen kuolemaakaan.

Omien ystävien kanssa keskustelun lisäksi myös vertaistuki nousee esiin hyvin tärkeänä väylänä purkaa ja jakaa kokemuksia. Jotkut mainitsevat vertaistuen rikkaudeksi sen, että asioista voi puhua niiden oikeilla nimillä ja ylipäänsä sen, että ymmärtää, ettei ole tilanteessaan ainoa. Huumori kuuluu myös vertaistuen voimaan.

Se oli tavallaan lohdullista, kun menin sinne [Irti Huumeista ry:n Facebook suru]ryhmään, niin nähä, että okei, näin voi tapahtua muillekki, et en oo ainut.

Rupesin saamaan lisää sitä vertaistukea, joka on mulle ollu kaiken a ja o tässä menetyksessä, niinku vertaistuki. Et mä oon pystyny peilaamaan sen vertaistuen kautta sitä omaa menetystä.

Se oli just kans semmosta, et kun voi puhua asioista ihan niiden oikeilla nimillä, eikä kukaan pidä sua minään kummajaisena. Et voidaan just nauraa semmosille asioille, joissa normaali kahvipöydässä ei naureskella, niin se tekee hyvää ja tavallaan helpottaa kyllä.

Erityisesti yhdessä kertomuksessa vertaistuki nousee keskeiseen asemaan ja vertaistuen merkitys on todella suuri läheiselle. Useimmissa muissakin kertomuksissa vertaistuellalla on merkittävä rooli, mutta sitä myös pyritään “annosteamaan” sopivasti. Esimerkiksi Facebookin vertaisryhmissä käydään silloin tällöin, kun siltä tuntuu. Toisaalta vertaistuki myös herättää pohtimaan oman surun mittasuhteita tai ääriä, jos niitä sellaiseksi voi nimittää:

Sielläkin on kuitenkin semmosia ihmisiä, joitten lapsi on kuollu vaikka jotain 20 vuotta sitten. Niin ne edelleen ovat ihan siis järkyttävän surullisia ja murheen murta-mia. Tuntuu, että ne ei oo vielääkään päässeet ite elämään kiinni ja kaikkee tämmöstä. Niin minä en koe, että minä jaksaisin semmosta kuitenkaan. Toki jokainen kokee eri tavalla nämä asiat.

Vertaistuen kautta haastateltava alkaa pohtimaan surun intensiivisyyttä suhteessa ajankulkuun, ja se ei tunnu hänelle omalta sillä hetkellä. Myös toisessa kertomuksessa nostetaan esiin surun ajallisuutta vertaistuen yhteydessä, kun haastateltava miettii, että sopiva aika sururyhmälle on voinut jo mennä ohi. Kertomuksissa ei nouse esiin kokemuksia vertaistukeen liittyvästä stigmasta (vrt. Walter & Ford 2018, 77), vaan pohdinnat vertaistuesta liittyvät vertaistuen oikea-aikaisuuteen ja surun yksilöllisyyteen.

Puhuminen nousee siis suureen rooliin surun kanssa elämisessä. Toisaalta esiin nousee myös se, ettei välttämättä ole saanut jakaa menetykskokemustaan silloin, kun siihen olisi ollut tarvetta. Yhdessä kertomuksessa tilanne on ajautunut siihen, että haastateltavasta on tullut päih-teitä käyttävän isän tuki menetyksen keskellä:

Et mä luulen, että oikeestaan enemmän mä sitä käsittelin tahollani itsekseni ja musta tuli sitte kuitenkin isän tuki. [...] En mä sillä tavalla koe, et mä en ois saanu tukea, mutta ehkä se sit kuitenkin vaan tavallaan ehkä käytännön syistä meni niin. Et isällä kuitenkin oli se päihdeongelma siinä ja se sit meni tavallaan siihen, et jos hän soittaa ja on humalassa, niin se menee ehkä niin päin sitten.

Kyseessä on sisaruksensa menettänyt haastateltava. Hän kertoo, että on vasta paljon jälkeenpäin tuntenut jääneensä vaille jostakin, kun hänestä on tullut tuki isän surussa. Templeton ym. (2018, 123) toteavat, että perheenjäsenen kuoltua usein juuri sisarukset lykkäävät tai

piilottavat omaa suruaan suojellakseen muita, erityisesti vanhempiaan. Tähän tutkielmaan osallistunut menehtyneen sisar on ollut hankalassa asemassa myös sen vuoksi, että isä on käyttänyt päihteitä veljen kuoleman aikaan. Tästä näkökulmasta sisaren suru voidaan myös nähdä epäoikeutettuna suhteessa isän suruun.

Aina tukea ei siis ole saatavilla perhepiiristä, mutta tietysti tukea haetaan ammattilaisilta monista eri syistä. Menetyksestä puhuminen ammattilaisten kanssa nousee isompaan rooliin vain kahdessa kertomuksessa. Kaksi haastateltavaa kertoo käyneensä läpi useamman vuoden psykoterapian. Toisella oli jo entuudestaan mielenterveyden oireita ennen perheenjäsenen kuolemaa, toisella ne alkoivat nimenomaan kuolemasta johtuen. Molemmat kokevat psykoterapian olleen merkittävässä osassa menetyksen käsittelyssä.

Ja vaikka sä puhut sitä asiaa, puhut kavereille ja vaikka sä tavallaan tossa ajassa sä vuodesta toiseen puhut niitä asioita, mut ku se ei oo sama, ku et sä puhut sillä tavalla ammatti-ihmisen kanssa. Et mitä mä ainaki kaipaan, et se pystyy haastamaan ja kyseenalaistamaan niitä sun omia käsityksiä siitä asiasta, eikä pelkästään vaan kuunnella, vaan et sieltä tulee, kysytään miksi ja miksi sä syytät ittees ja mitä sä oisit voinu tehdä ja oisit sä voinu tehdä. Ja sul on aikaa jauhaa sitä asiaa niin kauan, kunnes sul sit yhtenä kertana tuntuu, et mä oon nyt ehkä puhunu täst niinku.. Semmonen tavallaan, kyl mä muistan asiasta ku asiasta mitä terapiassa kävi, niin tavallaan, et voidaan puhuu, mut jotenkin semmonen tunne siitä, että nyt tää on käsitelty.

Yllä olevassa sitaatissa haastateltava kuvaa sitä, kuinka tärkeää oli, että psykoterapeutti haastoi pohtimaan esimerkiksi omia syyllisyyden- tai riittämättömydentuntoja liittyen perheenjäsenen menetykseen. Toisaalla kertomuksessaan hän myös ilmaisee, että hänen olisi jo aiemmin, oikeastaan heti perheenjäsenen kuoltua, täytynyt saada kuulla jonkun perhepiirin ulkopuolisen sanomana, ettei hän ole tehnyt mitään väärää tai että kuolema ei ole hänen syynsä. Molempien kertomuksista ilmenee, että psykoterapian päättyessä he olivat saaneet käydä läpi läheisen kuolemaa itselleen riittävästi ja olivat siltä osin valmiita päättämään terapian.

Puhuminen menetyksestä mainitaan kaikkein yleisimpänä ja tärkeimpänä väylänä helpottaa omaa oloa. Eräs haastateltavista toi esiin myös kirjoittamisen:

No joo, mäpäs tota noin niin kirjoitin päiväkirjaa. Mulla oli semmonen, mä olin kirjottanu, kun mä rupesin odottaan [poikaa], mä olin tehny sellasta päiväkirjaa, ihan sellasia pieniä merkintöjä sinne. Ja [pojan] syntymä lukee siinä pienen muistikirjan päällä, että siihen syntymään saakka. Ja [poikahan] oli aivan ihastuttava vauva ja toivottu lapsi kyllä. Voi kuinka isovelj rakasti sitä, se oli niin niin tärkeä [isoveljelle]. Sitten mä huomasin, että siinä on puolet vielä tilaa siinä kirjasessa ja sit mä, melkeen viikko kyl meni, ennen ku mä sen tajusin sen kuoleman jälkeen. Sit mä oon taas kirjottanu siihen saakka, kunnes mä sain mielestäni kaikki asiat järjestykseen. Nää sen hautakivenkin sinne kuntoon sit lopulta. Ja toisaalta se kirja tuli täyteen, et siinä on myöskin nyt [pojan] kuolema siinä päiväkirjassa.

Päiväkirja on ikään kuin avannut mahdollisuuden kertoa lapsen tarina loppuun ja näin käydä läpi omaa menetystä ja surua. Mielestäni tässä tarinallisuuden ydin, eli ihmisen tarve kertoa tarinoita, ilmentyy hyvin selkeästi. Kertomista pidetäänkin ihmisen tärkeimpänä välineenä ymmärtää ajallisuutta (Hyvärinen & Löyttyniemi 2005, 189). Päiväkirjan loppuun kirjoittaminen on tarjonnut tavan sanoittaa omaa menetystä ja samalla jäsentää aikaa.

4.3.2 Surussa eläminen ja oikeus muistaa kokonaista menetettyä elämää

Joissakin aiemmissa tutkimuksissa (ks. esim. Uusitalo 2006) ajanjakso kuoleman jälkeisen akuutin vaiheen jälkeen liitetään selviytymiseen. Tässä tutkielmassa pyrin välttämään selviytymisestä puhumista siihen liittyvien prosessimaisten konnotaatioiden vuoksi. Selviytymiseen liittyy yleisesti oletus surusta “yli” pääsemisestä. Selviytymisen sijasta viitataan surussa tai surun kanssa elämiseen. Mitä surussa tai surun kanssa eläminen sitten oikein tarkoittaa? Aineistossa on siihen yhtä monta vastausta kuin on vastaajaakin, mutta yksinkertaisimmillaan se voi tarkoittaa sitä, että läheinen päättää jatkaa elämistä:

Minä en jaksakaan niinku kieriskellä siinä surussa, että ku ei mulle hirveesti jääny vaihtoehtoja tässä. Että joko minä jatkan elämää tai sitten minä kuolen itekki, niin kyllä minä nyt oon päättäny, että minä jatkan elämää. Varmasti [tyttö] ois halunnut sitä myös.

Tutkielmaan osallistuneilla oli kulunut perheenjäsenen kuolemasta aikaa hyvin eri verran, muutamasta kuukaudesta lähes kahteenkymmeneen vuoteen. Ajankulusta riippumatta kaikki kuvaavat surun jossain määrin muuttaneen muotoaan. Heti kuoleman jälkeen menetys ja suru kuvautuu tuskaisena ja ahdistavana, johon *mikään ei auttanut* tai jonka vuoksi *mikään ei oo enää mitään*. Vähitellen suru on kuitenkin muuttunut yhä enemmän sellaiseksi, jonka kanssa on mahdollista elää.

Välillä tulee ihan mielettömiä surun aaltoja, jolloin voisi huutaa ja raivota ja itku on lohdutonta, mutta 98% ajasta ajattelen, että näin on käynyt enkä muuta voi.

Silleen minä olin joskus vähän vihanenkin [pojalle] tässä jossain vaiheessa minä muistan, et miks hän tällasen tuskan jätti, mut enää ei oo sitä sellasta tuskaa.

Ja se ikävä muuttaa muotoaan jotenki, et se ei oo just ehkä niin semmonen ahdistava. Tietenki silloin kun asia oli tuore, niin sehän oli aina hirvee hätä, semmonen paniin-kinomainen hätä, et se on oikeesti kuollu, et se ei oikeesti enää oo täällä ja se ei tuu koskaan takas ja.. Et se on, se on vaan semmonen tai on vaan hyviä asioita, ehkä semmosta haikeutta, surua, jos sitä rupee silleen miettimään.

Kertomuksista nousee vahvasti esiin myös käsitys siitä, että suru ei ole häviämässä minnekään, vaikka aikaa kuluukin. Surua eletään ja elämä jatkuu, eikä surun oleteta koskaan häviävän. Eräässä kertomuksessa surusta puhutaan matkakumppanina, joka pysyy mukana ja joka on itse asiassa vain osoitus siitä, että menetetty perheenjäsen on edelleen rakas ja tärkeä. Toisessa kertomuksessa menetystä kuvataan *loppuelämän juttuna*:

Kyl tää on semmonen loppuelämän juttu, et se [poika] on täs sydämessä, et se lähtee vasta sitten, ku minäki lähen. Et eihän hän kyl silleen oo minun mielestä lähteny. Et ei se sielu oo noussu taivaaseen, ei oo noussu, mut se on silleen niinku minun mielessä ja muistoissa, ne ihanat hetket.

Tai sit ku joku sanoo, et eiks se sureminen nyt täs lopu, et ooksä nyt täs jo riittävästi surru. Ei se vaan lopu, ei se varmaan koskaan mee pois. Mut kyllähän se muuttaa muotoaan, että semmosen hirveen tuskan tilalle tulee semmonen vaan niinku ikävä.

Edellisestä sitaatista kuvastuu tutkimuksestakin (ks. Esim. Valentine 2006) tuttu epäsuhta, joka vallitsee erilaisten surun (vaihe)teorioiden ja ihmisten eletyn kokemuksen välillä. Käsitys surun vaiheista ja lopulta siitä selviytymisestä, eli suremisen loppumisesta, on juurtunut tutkimusten myötävaikutuksella etenkin länsimaiseen surukäsitykseen. Kuitenkin tämänkin tutkielman aineistossa kaikki ilmaisevat oletuksensa, että suru ei koskaan tule heistä häviämään, vaan arvelevat sen olevan aina osana itseä. Aikarajojen asettamisesta ja muusta normatiivisen surun kehiksestä poikkeaminen ei kuitenkaan tarkoita sitä, etteikö haluaisi oman kärsimyksen tai ahdistuksen loppuvan (ks. Kenny ym. 2019, 66). Päinvastoin kertomuksista huokuu eräänlainen helpotus siitä, ettei suru ole enää tai ainakaan koko ajan tuskaista, vaikka ahdistustakin voi tulla aaltoillen.

Mitä pidempään aikaa kuluu, sitä enemmän haastateltavilla on mahdollisuuksia keskittyä muistamaan kuolleita perheenjäseniään myös hyvien asioiden kautta. Kuolleen läheisen muistaminen hyvien asioiden kautta nouseekin erittäin tärkeäksi asiaksi haastatteluissa. Esimerkiksi perheenjäsenen *herkkyys*, *hyväntahtoisuus*, *kauneus* ja *ystävällisyys* halutaan säilyttää mielissä.

Toisaalta mielestäni on myös erittäin merkityksellistä erityisesti päihteisiin kuolleiden kohdalla, että jäljelle jääneillä läheisillä on oikeus ja mahdollisuus muistella kuolleita perheenjäseniään kaikkine puolineen, kokonaisina ihmisinä ja mennyttä elämää kokonaisena. Tämä tarkoittaa sitä, ettei kuolleen perheenjäsenen elämänvaiheita päihteitä käyttävänä väkisin paineta piiloon. Elämänvaiheen muistelu kuvautuu monessa kertomuksessa hyvin raadollisena ja pelottavanakin. Toisaalta sen tiedostetaan olleen läheisen elettyä elämää, joka on itsessään ja kokonaisuudessaan arvokas.

Kerran yhen ihmisen kanssa keskusteltiin siitä, ku sanoi et “[poikakin] kun ois eläny normaalii elämää, nii se ois hengis vielä”. Minusta se oli jotenki semmonen lausahdus, et minä oon sitä pohtinu jälkeenpäin. Kun minusta, et [poika] eli omanlaistaan, hän halus elää, tai ei.. Hän eli sitä elämää! Se on hänelle normaalia. Hän ei halunnu mihinkään tuettuun asuntolaan. Hän halus elää sitä omaa normaalia. Oli siinä jännitystä tai mikä.

Siis musta on niin ihanaa, että [pojalla] oli niin paljon niitä kavereita. Kyl mä nyt aattelen, et ne sen ystäviä oli. Enkä mä mitenkään voi sanoa, että semmosia huonoja, et kyllähän nehän ne oli just ketkä [pojan] elämään toi sitä iloa. Et ne oli [pojan] ystäviä. En minä niitä voi mennä valitsemaan kuka on hyvä ystävä ja kuka on huono ystävä. Osa niistä välitti, osa haki viinaa sille, osa välitti huumeita, osa teki pirtua ja myi sitä, mutta ne oli [pojan] kavereita.

Kuvauksista käy ilmi, kuinka äidit antavat arvon lapsensa elämälle kokonaisuudessaan, ehdoitta. Samalla he haastavat normatiivisia käsityksiä hyvästä elämästä ja hyvästä kuolemasta. Kyseessä on vastapuhetta tai niin kutsuttua eron politiikkaa (ks. Juhila 2004, 30-31), jolla läheinen haastaa hallitsevaa normaaliutta, johon kuolleen perheenjäsenen elämä sellaisenaan ei mahdu. Tulkitsen myös niin, että kaikki haastateltavat olisivat toki halunneet läheisensä elämän olleen helpompi ja etenkin niin, ettei se olisi päättynyt ennenaikaisesti. Se ei kuitenkaan vie yksilöllisen elämän merkitystä pois, oli se elämä muiden näkökulmasta kuinka ei-toivottavaa tahansa.

4.3.3 Ristiriitaiset tunteet ja muiden suhtautuminen

Päihdekuolemiin on tutkimuksissa liitetty monenlaisia ristiriitaisia tunteita. Tämän tutkielman aineistossa ristiriitaisista tunteista helpotuksen tunne tulee jollakin tavalla esille kaikissa seitsemässä kertomuksessa. Kaikissa kertomuksissa helpotus myös kuvautuu nimenomaan ristiriitaisena ja kietoutuu yhteen syyllisyyden kanssa: Saanko minä tuntea helpotusta, kun perheenjäseneni on kuollut?

Helpotuksen tunteeseen kietoutuu yhteen myös pitkään elänyt toivo paremmasta, joka ei lopulta toteutunut. Tarinaansa valottaneet ja tutkielmaan osallistuneet läheiset ovat lähes loputtomasti toivoneet raitistumista tai ainakin, että perheenjäsenen elämä muuttuisi edes jollakin tapaa helpommaksi. Monella päihteitä käyttävällä perheenjäsenellä oli takanaan useita kuntoutusyrityksiä. Kaikkien menehtyneiden perheenjäsenten elämä kuvautuu rankaksi ja kuluttavaksi, ja se on saanut useat läheiset pohtimaan, kuinka paljon rankemmaksi elämä olisi vielä voinut muuttua sekä menetetyn perheenjäsenen että läheisen omalta kannalta.

Se voi kuulostaa kamalalta, että sanoo, että se on toisaalta helpotuskin. Koska tota, jos minä mietin sitä, niin täähän ois voinu jatkuu vielä vuosikausia, ties kuinka kauan tää tilanne. Niin se olis ollu ihan järkyttävää sekä meille että sille tytölle itelleen. Koska se ois sitten taas, että pääse noista aineista eroon, niin se ois vaatinu niin paljon. Ja siitä kuitenkin sit harvat, harvat tota selviää.

Niin joskus tulee kyllä sellanenki tunne, että onneksi, että [tyttö] pääsi pois, että itteksi on päässy sit helpommalla. Et jos se huumeiden käyttö olis jatkunu ja tietää sen, että sillon [tyttö] ku käytti niitä huumeita, niin [tyttö] oli kaunis nuori tyttö, niin hänhän oli siellä kastissa ylhäällä. Mutta pikkuhiljaahan se olis tullu alaspäin ja alaspäin ja joutunu kuriiriksi ja kaikkee muuta mahollista, ja hyväksikäytetyksi sun muuta. Niin miten se ois se äidin sydän sit kestäny sen. Ja sitten sen jatkuvan ehkä rahan pyytämisen ja sen. Että oisko menty siihen, että hän ois tullu kotiin ja ehkä varastellu jotain sun muuta. Et ku meillä ei koskaan menty niin pitkälle sitten vielä.

Helpotuksen tunnetta ja lohtua omassa surussa moni haastateltava saa myös siitä, että perheenjäsen kuoli rauhallisissa olosuhteissa. Moni läheinen on vuosia pelännyt perheenjäsenensä kuolemaa tiedostaen, että päihteidenkäyttäjän kuolema voi tapahtua esimerkiksi hyvin väkivaltaisesti. Silloin se, että perheenjäsenen kuolema on tapahtunut rauhallisesti, tuo rauhaa ja helpotusta myös jäljelle jääneelle läheiselle.

Silleen minä oon sen ajatellut, et se enkeli otti [poikaa] kädestä kiinni sillon [kaupungissa], sano [poika] nyt lähetään. [...] Koska [pojan] kuolema ois voinu tapahtuu jossain traagisemmin, mut se on se enkeli mikä sano, et nyt lähetään tähän junaan.

Kyllä mulla semmonen helpotus.. Mä oon kaiken aikaa ollu sitä mieltä, että jos ihminen kuolee omaan sänkyynsä tällä tavalla, niin kyllä se oli ihan paras vaihtoehto [pojalle]. Et ku ei tosta ollu näköjään poispääsyä mitään muutakaan, niin sillä oli paljon pahempia vaihtoehtoja ollu edessäpäin.

Ristiriitainen ajatus on myös se, että kuolleella perheenjäsenellä on nyt kaikki hyvin. Eräs haastateltava toteaa, että eihän hänen lapsellaan voi olla kaikki hyvin, koska on maan alla, mutta ainakin hän on äitinsä sydämessä. Muissakin kertomuksissa se, että läheinen on nyt ainakin turvassa, tuo kuitenkin lohtua.

Jos nyt jotain lohduttavaa pitää etsiä tämmösestä asiasta, niin just se, että se on turvassa se tyttö, että sitä ei enää kukaan eikä mikään satuta.

Mulla aika nopeesti tuli semmonen, mikä varmasti myös niin kun lohdutti itseä, että nyt ei enää tarvi kärsiä tai nyt ei enää oo mitään, et [veljellä] on kaikki hyvin.

Yhdessä kertomuksessa nousee esille, kuinka helpotuksen tunteista voi olla hyvin vaikeaa puhua muille. Siinä läheinen kertoo, että on kuitenkin pystynyt kertomaan tunteistaan pojan siunanneelle papille ja Irti Huumeista ry:n terapeutille:

[Heille] pystyin sanomaan ääneen, että pojan kuolema oli myös valtava helpotus. Oli vapauttavaa sanoa ääneen, että nyt se on ohi. Valvominen, huolehtiminen ja sen pahimman uutisen pelkääminen. Olin sisäisesti pitkään tiennyt, että hän tulee menehtymään huumeisiin ja nähnyt monia unia siitä tilanteesta, että minulle tullaan se kertoamaan. Pelkäsin että se tulisi tapahtumaan hyvin väkivaltaisesti, mutta nyt hän menehtyi oman käden kautta kehossaan hyvin paljon erilaisia aineita. Työkavereille tai ystäville en tietenkään voinut kertoa olevani helpottunut, koska se olisi tuntunut pojan pettämiseltä ja luonnottomalta.

Yllä olevasta katkelmasta ilmenee, kuinka oman lapsen kuolemaan liittyvät helpotuksen tunteet saattaisivat muiden mielestä vaikuttaa lapsen pettämiseltä. Tämä kuvastanee sitä, kuinka kuolemaan, ja erityisesti oman lapsen kuolemaan, ei ole ikään kuin kulttuurisesti mahdollista liittää kaikkia tunteita, vaan jotkut tunteet ovat sallitumpia kuin toiset. On myös tärkeää huomioida, että myönteiseksi miellettyjen tunteiden, kuten helpotuksen, julkituomisen vaikeus kanssaihmisille ei liity yksinomaan päihdekuolemaan, vaan kuolemansuruun yleisemminkin (ks. Pulkkinen 2016, 139).

Helpotusta ja muitakin tunteita tuleekin tarkastella ja tulkita aina osana yksittäistä kertomusta ja sen elämänkulkua ja aikakehystä. Hännisen (2000, 142) mukaan elämäntilanteeseen kytkeytyvät tunnekokemukset saavat sisältönsä tietyn tarinan kehyksessä. Tätä mukaillen helpotuksen tunne on ymmärrettävä osana läheisen tarinaa päihdekuolemasta, joka tekee siitä ymmärrettävän. Läheisten kertomuksissa esimerkiksi perheenjäsenen kärsimyksen ajatellaan kestäneen liian kauan tai pelätään, kuinka paljon ja kuinka kauan olisi itse jaksanut perheenjäsenen rinnalla siinä elämäntilanteessa.

Päihdekuolemiin liitetään tutkimuksissa usein hyvin tiivistä häpeän tunteet, mikä ei tämän tutkielman valossa kuitenkaan tullut vahvasti esille. Toisaalta esimerkiksi itsemurhia läheisen näkökulmasta tutkittaessa on ilmennyt, että häpeä ei useinkaan tule esille sellaisenaan, vaan esimerkiksi itsesyytöksiin kietoutuneena (Uusitalo 2006, 211-212). Tämän tutkielman kertomuksissa esiin nousevat maininnat häpeästä liittyvät enemmänkin aktiivisen päihteiden käytön aikaan, ei perheenjäsenen kuolemaan. Monissa kertomuksissa myös itsesyytökset tai niin sanottu *jossittelu* liittyvät niin ikään siihen, olisiko ongelmalliseksi muuttuneen päihteiden käytön voinut aikoinaan jollakin tavalla estää ja sitä kautta perheenjäsen olisi voinut säästyä. Useissa kertomuksissa läheiset tulevat siihen tulokseen, että eivät ole voineet, eivätkä olisi voineet tehdä mitään estääkseen perheenjäsenensä kuoleman. Uusitalon (2006, 60) mukaan *jossittelu*, eli vaihtoehtoisten narratiivien kuvittelu, voi olla vapauttavaa tai vangitsevaa asiayhteydestä riippuen.

Häpeän tuntemukset eivät siis sellaisenaan juurikaan nousseet esiin tämän tutkielman aineistossa. Häpeän tuntemukset voivat kuitenkin olla taustalla siinä, halutaanko perheenjäsenen kuolemaan johtavista syistä kertoa muille. Kertomuksissa pohdittiin paljonkin sitä, kenelle ja missä tilanteessa perheenjäsenen päihdekuolemasta kerrotaan perheen ulkopuolisille. Eriyisesti yhdessä kertomuksessa nousee vahvasti esille se, ettei haastateltava ole koskaan tuntenut tarvetta salata perheenjäsenen päihdekuolemaa:

Mä en oo valikoinu, et tälle mä en sanois, et se on kuollu huumeisiin. Et aina jos on joku kysyny tai se on jotenki muuten ollu, et mä oon sanonu sen, niin kyl mä oon sanonu. Mua ei itse asiassa hirveesti kiinnosta, mitä joku ajattelee, et ehkä mä en oo sen takia ihmeemmin kiinnittäny siihen mitään huomioo. [...] Ku en mä oo koskaan kattonu tarpeelliseksi, et sitä pitäis jotenki salailla, niin ehkä siihen silleen myöskään kiinnittäny huomioo, et voikohan sen sanoo.

Edellä oleva sitaatti on veljensä menettäneen haastateltavan ja on hyvin linjassa sen kanssa, että sisarusten kokemuksissa päihdekuolemaan liittyvä häpeä ja stigma eivät juurikaan nouse esiin (Templeton ym. 2018, 124). Useimmissa muissa kertomuksissa perheenjäsenen kuolemasta kertomiseen liittyy enemmän tilannesidonnaisuutta. Yksi haastateltava oli esimerkiksi osallistunut seurakunnan järjestämään sururyhmään, jossa muut osanottajat olivat iäkkäitä naisia, joiden puoliset olivat kuolleet. Tässä tilanteessa haastateltavasta *ei kerta kaikkiaan*

tuntunut siltä, että olisi kertonut lapsensa kuolleen päihteisiin. Myös muut ovat valikoineet kertomista tilanteen mukaan.

Mut kyl sitä kuitenkin ittekin on ehkä vähän niin kun selitelly, tai ku joku kysyny, et mihkä se kuoli. Et mä oon sanonu, et joo keuhkokuumeeseen. Kyl mä oon sit sanonu, et niin kyl täs on tietty vähän muutakin taustalla, et ei 26-vuotias kuole keuhkokuumeeseen, ellei sen kroppa ois jo romuna muutenkin. Useimmiten näin.

Et kyl mä nyt tietysti joillekin ihmisille en nyt välttämättä ihan suoraan oo kaikille sanonu. Että kaikille semmosille jollekin puolitutuille, jotka kysyy, että onko sulla monta lasta, niin mä aina sanon, että on mulla kaks, että poika ja taivastyttö. Niin sitten ne, että voi kamala, mihin sun tyttö on kuollu. Niin mä sanon sitten, että tapaturmasesti tai jotain tällasta, etten ihan kaikille nyt välttämättä oo sanonu sitten semmosille. Mutta suurin osa voin sanoo, että on semmosia, että oon sanonu ihan avoimesti.

Tietyllä tavalla kyse on siis tunnustelusta, jolla kartoitetaan, kenelle haluaa tai kannattaa kertoa päihdekuolemasta. Walterin ja Fordin (2018, 80) mukaan päihteidenkäytön yhteydestä kuolemaan johtaneet syyt jätetään kertomatta useimmiten stigmatisoiduksi tulemisen pelossa. Kuolemansyy voidaan jättää myös kertomatta edesmenneen perheenjäsenen maineen suojelemiseksi (Feigelman ym. 2012, 65). Häpeän tai stigman ohella kyse vaikuttaa myös olevan monissa tilanteissa keskustelukumppanin ominaisuuksista. Punnitaan, onko juuri hänelle tarpeen edes kertoa yksityiskohdista.

Jotkuhan menee kauheen vaikeeks, ku sanoo, et niin kyse on huumeista. Et kyl sen ite vaistoo sitten, et okei en mä nyt rupee mitään puhumaan.

Tavallaan kyse voi siis olla myös keskustelukumppanin suojelemisesta. Muissakin kertomuksissa tulee ilmi, kuinka muiden ihmisten ei oleteta täysin käsittävän sitä, millaista elämä päihteidenkäyttäjän läheisenä ja tämän kuollessa voi olla. Tämä tietämättömyys saa haastatteluissa osakseen ymmärrystä. Oma kokemus perheenjäsenen menettämisestä voi läheisestä tuntua liian kaukaiselta ymmärrettäväksi sellaiselle, joka ei ole sitä itse kokenut.

4.3.4 Merkitysten etsiminen kuolemalle ja katseen luominen tulevaan

Kuolemalle jonkinlaisen merkityksen löytäminen on inhimillinen piirre. Logoterapian klassikossaan Viktor E. Frankl (1978[1963], 103) toteaa, että kärsimys lakkaa jossain mielessä olemasta kärsimystä silloin, kun se löytää tarkoituksensa. Merkityksellistäminen voi tarkoittaa merkitysten etsimistä ja löytämistä myös paljon pienemmässä mittakaavassa. Merkityksen löytämiseen ei tule suhtautua pelkkinä suurina oivalluksina tai henkilökohtaisena kasvuna. Kuoleman merkityksellistäminen voi tarkoittaa esimerkiksi sitä, että koettaa tehdä läheisen kuolemasta itselle jotenkin ymmärrettävämpää (ks. Gillies & Neimeyer 2006, 55).

Kertomuksittain vaihtelee suuresti, kuinka paljon ja millaisia merkityksiä kuolemalle löydetään. Merkitysten etsiminen tai löytäminen on yhtä subjektiivista kuin surukin. Erityisesti yhdessä kertomuksessa nousee vahvasti esille käsitys, että asioiden vain piti mennä niin kuin ne menivät:

Mutta ku kaikella on joku tarkoitus. Niinku silläkin, et se piti sillon jouluna minun löytää se purkki, se kaasupurkki sielt sängyn alta, se butaani, ja käydä se terapia ja asioitten mennä, et minä sain olla sen puoltoista vuotta täällä [pojan] äiti, kehen hän luotti.

Katkelmassa äiti kuvaa, kuinka hän kokee, että asioiden takana on tarkoitus ja elämän piti mennä tarkoituksen mukaisesti. Hän on itse entinen päihteidenkäyttäjä ja käytti päihteitä myös omien lapsiensa lapsuuden ja nuoruuden aikana. Kertomuksessaan hän useaan otteeseen korostaa, kuinka hän sai pojan aikuistuttua olla *se pullantuoksuinen äiti* lapselleen. Hän korostaa, kuinka onnellinen on saatuaan viettää puolitoista vuotta yhdessä lapsensa kanssa ennen tämän kuolemaa. Hänelle lohtua tuo se ajatus, että hänen poikansa varmisti äidin pärjäävän ennen kuolemaa:

Mut sit minä pääsin jaloilleen ja must tuntuu, että [poika] halus tavallaan varmistaa tñ puolentoista vuoden aikana, et äiti pärjää, et äitillä on elämä hyvin, et äiti ei enää kuset housus makaa tuolla sohvalla, äiti huolehtii itse itsestään, maksaa itse ja hoitaa työt ja laskut ja kaikki. Tavallaan minä mietin sitä just, et [poika] halus varmistuu. [...] Et sitten vasta hän anto periks. Et loppujen lopuks hñhñ se oli tää, mikä piti kunnossa, mikä sai minut tsemppaamaan ja yrittämään.

Myös useissa muissa kertomuksissa näkyy pyrkimys etsiä merkityksiä kuolemalle, joskaan ei yhtä voimakkaana kuin edellä esitetyssä. Esimerkiksi eräs äiti kertoo, kuinka hänen lapsensa oli pyynnöstä kuvannut omaa arkeaan ollessaan korvaushoidossa ja kuvasarjaa on sittemmin käytetty opetustarkoituksessa. Kuvasarja on ikään kuin jäänyt elämään omaa elämänsä, sillä sitä on käytetty myös perheenjäsenen kuoleman jälkeen.

Yhdessä kertomuksessa haastateltava tuo eksplisiittisesti esille, että omien kokemusten jakamisen ei katsota liittyvän mitenkään siihen, että pyrkisi säästämään jonkun päihdekuolemalta. Toisaalta myös hän toivoo kuitenkin jonakin päivänä voivansa kuuntelemalla ja läsnäolollaan olla avuksi jollekin, joka on menettänyt läheisensä. Useissa päihdekuolemaa käsittelevissä tutkimuksissa nousee esille saada jotain hyvää nousemaan menetyksestä (Titlestad 2019, 8). Myös monissa tämän tutkielman kertomuksissa pyrkimys saada aikaan jotakin hyvää on vahva motiivi kertoa omasta tarinastaan ja tätä kautta merkityksellistää kuolemaa.

Et just tässä kelasin noita paskamaisii juttuja, niin aika paljon oon unohtanu. En mä haluu niitä enää muistella sillä tavalla. Muuta ku, et muistaa, et huumehelveti on ihan oikeesti helvetiä. Et sitä mitä, et toivon, että jos näistä kertookin, niin et sillä vaikka pystyis säästämään jonkun ihmisen siltä. Et ihmiset menis [hakemaan] apua, puhuis asioista, hakis vertaistukea.

Kertomuksissa jonkun hyvän syntyminen oman perheenjäsenen kuolemasta voi siis tarkoittaa sitä, että joku muu päihteidenkäyttäjä voisi säästyä samalta kohtalolta tai että toisille päih-teisiin kuolleiden läheisille olisi apua muiden saman kokeneiden tarinoista. Yhden ihmisen kertomuksessa halu auttaa muita on ollut tärkeä jo hyvin varhaisessa vaiheessa. Hän on heti

lapsensa kuolemasta kuultuaan toivonut jonakin päivänä voivansa auttaa muita samassa tilanteessa olevia. Hän onkin sittemmin kouluttautunut vertaistukiohjaajaksi ja kokee sen palkitseväksi.

Että mulle oli heti, mä muistan kun se kriisiryhmä istu tässä meidän pöydän ääressä, ku mulla kävi olikse kolme vai neljää kertaa kriisiryhmä täällä kotona, niin mulla oli jotenki semmonen tunne tai mä sanoin heille, et mä toivon, et jonain päivänä joskus voi olla se päivä, et mä pystyn jollain tasolla kääntään tätä asiaa kuitenkin niin sanotusti voitoksi. Et [tytön] kuolemalla on joku merkitys ja tarkoitus.

Vaikka se [vertaistuki] vie multa kauheesti voimavararoja, niin mä saan siitä. Ja sitten just se, että mä koen, että [tyttö] ei oo kuollu turhaan, että tällä asialla on jonkun näkönen merkitys ja tarkoitus.

Yllä olevasta ilmenee hyvin voimakkaasti läheisen tarve ja halu löytää kuolemalle merkityksiä, jotta hänen lapsensa kuolema ei olisi turha. Toisessa kertomuksessa läheinen pohtii omien kokemustensa päihteidenkäyttäjien ja päihteisiin kuolleen läheisenä olleen suuntaamassa hänen ammatinvalintaansa päihdetyöhön. Merkityksellistämistä kertomuksista etsiessä tulee kuitenkin muistaa, että se, onnistuuko joku löytämään kuolemalle merkityksiä tai tarkoitusta, ei kuitenkaan ole yhtä kuin suremisen “onnistuminen” (Wojtkowiak & Vanherf & Schuhmann 2019, 130). Esimerkiksi erään äidin kertomuksessa nousee esiin, että hän ei niinkään kysy itseltään, miksi hänen lapsensa kuoli, vaan *minkä takia sillä piti olla niin hirveen vaikea elämä*. Yli vuosikymmenen kestänyt päihteidenkäyttö pitää sisällään äidin näkökulmasta liian paljon ja liian kauan kestänyttä kärsimystä lapsen elämässä, mille voi olla mahdotonta löytää tarkoitusta.

Merkityksien ja tarkoitusten etsiminen osaltaan yhdistää menetyksen myös tulevaan. Vaikka menetetyn perheenjäsenen elämä loppui ja tulevaisuus mahdollisuuksineen jäi toteutumatta, voisivat hänen elämäänsä liittyvät läheisen kokemukset kuitenkin jäädä olemaan muille merkityksellisellä tavalla. Tulevaan liittyvissä pohdintoissa aineistosta nousee esille myös monenlaisia muitakin huomioita. Kun perheenjäsen on menetetty, on menetetty samalla yhteinen tulevaisuus. Yhteisen tulevaisuuden menettäminen tarkoittaa esimerkiksi sopeutumista siihen ajatukseen, että ei välttämättä saa lapsenlapsia.

Se on nyt vasta ruvennu tuleen semmonen ajatus, että oikeesti me ollaan menetetty se yhteinen tulevaisuuski. Et jos [tyttö] olis päässy kuiville ja selviytyny hyvin tässä elämässä, niin me ollaan se yhteinen tulevaisuus menetetty. Ja tota varsinkin, kun mun poika on mulle hyvin jyrkästi ilmentanu, että minä en äiti ikinä tee lapsia, niin minä oon sit silleen, et [tyttö] ois varmaan tehny. Et nyt musta ei ikinä tuu mummoa ja sellasta.

Mä en oo lapsenlapsia kaivannu, mutta mun on tartinu vähän sopeutua siihen, että niitä ei ehkä tulekaan.

Tulevien elämäntapahtumien ja menetettyjen mahdollisuuksien sureminen on tutkimuksessa liitetty erityisesti nuoren ihmisen kuolemaan (ks. Lambert 2010, 22). Kertomuksissa tulevaan aikaan suuntautuvaa menetystä pohditaankin sekä omalta että kuolleen perheenjäsenen kannalta. Eräässä kertomuksessa nousee esiin huoli siitä, nouseeko menetys taas uudella tavalla pintaan ikääntyessä, mikäli sattuisi sairastumaan muistisairauteen.

Ja sitten mä oon vähän huolestunu, ku muistaa kuinka äiti tuli.. rupes dementoitumaan. Hän muisti niitä vanhoja, sitä siskoonsa sitten rupes aina vaan kaipaamaan ja enemmän mitä vanhemmaksi tuli. Että itkenkö mäkin sitten siellä, jos mä vanhaks elän, itkenks mäkin siellä sitten [poikaa] ihan joka päivä, et voi siin käydä niinkin.

Ylipäänsä tulevaisuuteen joillakin on liittynyt ainakin jossakin vaiheessa huoli siitä, tuleeko menetetyn perheenjäsenen aina muistamaan. Eräs haastateltavista kertoo poteneensa alkuaikoina siitä jo valmiiksi huonoa omaatuntoa, että mitä jos hän unohtaakin perheenjäsenensä. Toisaalta tulevaisuutta pohditaan myös tietyllä lämmöllä sitä kohtaan, ettei tulla ikinä unohtamaan menetetyn läheisen ääntä, ilmeitä tai eleitä. Toisin sanoen siteen menetettyyn ihmiseen uskotaan jatkuvan lopun elämää. Haastateltava, jonka perheenjäsenen kuolemasta oli kulunut aikaa jo lähes kaksi vuosikymmentä, totesi unohtaneensa jo monia asioita, mitä pitää myös luonnollisena. Hän myös kertoo joskus kokeneensa eräänlaista tuskaa ajankulkuun liittyen, sillä kokee sen tekevän kuolemaa aina vain todemmaksi ja siten vievän kauemmaksi kuolleesta perheenjäsenestä:

Mut jossain välissä se ajan kuluminen toi sellasen tuskan tunteen. Et tavallaan se asia, mitä kauemmin siitä on, niin sitä todellisemmaksi se tulee, vaik siitä oli jo pitkä aika. Mut ihan ku tavallaan, et jos aika pysähtyis niin sit sä oisit jotenki niinku lähempänä.

Ajalla ajatellaan useimmiten olevan parantava vaikutus. Aika parantaa haavat, kuten sanotaan. Myös tämän tutkielman aineistosta nousee vahvasti esille, että menetyksen aiheuttama tuska pienenee ajan kanssa. Kuitenkin aika myös erottaa. Huolimatta menetetyn rakkaan ihmisen muistamisesta ja menetykselle merkityksien löytämisestä, ajan kulkua ei voi pysäyttää ja se vie ajallisesti kauemmaksi menetetystä ihmisestä. Aineiston kertomuksissa aika saa tuskaa talttumaan, mutta suru, ikävä tai haikeus eivät välttämättä haalene ajankaan kuluessa. Perheenjäsenen päihdekuolema muistuttaa elämän rajallisuudesta ja voi näin muuttaa myös omaa suhtautumista aikaan. Eräässä kertomuksessa se tarkoittaa elämistä juuri nyt:

Mä olin aina ennen semmonen, että mä puhuin siitä, että mä elän tässä hetkessä ja nyt, mut nyt mä vasta tiedän mitä on elää tässä ja nyt. [...] Mä toivoin, et se elämä jatkuis silleen, et edelleen osaa nauttia niistä pienistä asioista ja ymmärtää, että se elämä on tässä ja nyt.

5 YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET

5.1. Yhteenveto tuloksista

Pro gradu -tutkielmani tavoitteena oli tutkia päihdekuolemaa läheisen näkökulmasta. Pyrkimykseni oli selvittää, mitä perheenjäsenensä päihteille menettäneet läheiset kertovat menetyskokemuksestaan ja millaisia merkityksiä kokemukselle annetaan kertomuksissa. Ymmärrän menetyskokemuksen sellaisenaan ajattomana kokemuksena, joka ei lähde ihmisestä pois.

Menetykseen kuitenkin liittyy ajallisia ulottuvuuksia, jotka luovat merkityksiä menetykselle. Tutkielmani tavoitteena oli lisäksi tutkia sitä, millaiset tekijät läheiset kokevat helpottaneen surussa tai surun kanssa elämistä.

Tutkimusaineistoni koostui seitsemän läheisen kertomuksesta, joista yksi oli kirjoitus ja loput kuusi haastattelua. Yksi kertomuksista oli sisaren ja loput äidin näkökulmasta kerrottuja. Aineiston keräämisen lähtökohtana oli osallistujien mahdollisimman suuri vapaus kertoa kokemastaan omista lähtökohdistansa. Lähdin liikkeelle kerrontalähtöisyydestä myös aineiston narratiivisesti orientoituneessa analyysissä. Analysoin kertomusaineiston temaattisesti kertomusten ajallisten viitekehyksien sisällä. Tutkielmassani olen tarkastellut menetyskokemuksen ulottuvuuksia kolmessa eri aikakehyksessä, ne ovat aika ennen kuolemaa, kuoleman jälkeiset ensihetket ja aika ensihetkistä eteenpäin nykyisyyteen ja tulevaan saakka. Olen analysoinut kertomuksia erillisinä ja teemojen mukaisesti, mutta analyysini kokonaisuudesta on silti muodostunut eräänlainen ajassa etenevä meta-kertomus, joka kuitenkin huomioi kertomusaineiston rikkauden ja surun subjektiivisuuden.

Kertoessaan perheenjäsenensä pähdekuolemasta useimmat läheisistä pyrkivät kertomaan kokonaisen kertomuksen. Tämän vuoksi haastattelukertomuksissa pohjustettiin laajastikin elämäntilannetta ja olosuhteita, jotka ovat vaikuttaneet kokemuksiin. Halu kertoa kokonainen tarina tarkoitti tutkielmassani sitä, että läheiset eivät kertoneet päihteidenkäyttäjän, narkomaanin tai huumenuoren tarinaa, vaan he kertoivat perheenjäsenestään ainutlaatuisena ja kokonaisena ihmisenä. Kertomuksissa kuvattiin kuolleen perheenjäsenen lapsuutta ja nuoruutta sekä ylipäättään oman perheen tilannetta. Joissakin perheissä päihteitä oli käytetty menehtyneen ollessa lapsi tai nuori. Toisaalta myös perheen tavallisuutta korostettiin ja sitä, ettei voi koskaan tietää, kenen kohtaloksi päihteet ja pähdekuolema koituvat. Kertomusta pohjustaviksi teemoiksi nousi myös päihteitä käyttäneen perheenjäsenen herkkyyys ja kiltteys sekä mielenterveydelliset ongelmat.

Tutkimusaineistostani ilmeni, että pähdekuoleman yhteydessä menetys tarkoittaa muutakin kuin perheenjäsenen kuolemaa. Ensimmäinen menetys paikantui siihen, kun päihteiden käyttö alkoi viedä perheenjäsentä yhä vahvemmin mennessään. Kertomuksissa päihteitä käyttävä perheenjäsen oli alkanut vaikuttaa ajoittain kuin vieraalta. Jotkut läheisistä olivat joutuneet myös konkreettisesti pelkäämään perheenjäsentään, joka käyttäytyi uhkaavasti tai väkivaltaisesti. Toisaalta kertomuksissa tuli esiin myös täysin päinvastaisia tilanteita, kun

jotkut läheisistä korostivat, etteivät ole koskaan joutuneet pelkäämään perheenjäsentään, vaan ovat tunteneet olonsa aina turvalliseksi. Useissa kertomuksissa myös nostettiin esiin hyvien välien merkitys päihteidenkäytöstä huolimatta. Hyvät välit nousivat myös surua helpottavaksi tekijäksi. Läheisille oli tärkeää, että vaikeista tilanteista huolimatta välit olivat säilyneet hyvinä perheenjäsenen elämän loppupuolellakin. Elämänvaihe, jossa perheenjäsen käytti päihteitä aktiivisesti, kuvattiin vuoristoratana, jossa toivon ja epätoivon vaihtelu oli jatkuvaa. Haastattelukertomuksissa läheiset painottivat, että kuvattu elämänvaihe oli hirveää sekä päihteidenkäyttäjälle että hänen läheisilleen. Vuoristorata kuului kertomuksissa uupumisena ja se vei voimia kaikelta muulta elämässä.

Läheisten kertomuksissa varsinainen kuolemanpelko tuli esiin eri tavoin. Jollekin pelko kuolemasta oli hyvin yhtäkkinen asianlaidan tajuaminen. Useimmissa kertomuksissa pelko perheenjäsenen kuolemasta tuli tietoisuuteen vähitellen ja aika ajoin voimistuen. Pelko menettämisestä saattoi esimerkiksi konkretisoitua vastattaessa vieraasta numerosta tulevaan puhealuun, kun läheisen mieleen tuli heti ajatus, mitä perheenjäsenelle on voinut käydä. Pelko sai läheiset tietyllä tapaa valmistautumaan mahdolliseen kuolemaan. Esimerkiksi sukulaisille kerrottiin päihdeongelmasta, jotta mahdollinen kuolema ei tulisi heille täytenä yllätyksenä. Eräs äideistä kertoi jo valmiiksi valinneensa valokuvat, jotka hän sitten laittoi sosiaaliseen mediaan lapsensa kuoltua. Yhdessä kertomuksessa tultiin siihen tulokseen, että oikeastaan sureminen oli alkanut jo perheenjäsenen ollessa elossa. Useimmissa kertomuksissa tuli myös ilmi jonkinlainen käänne tai yritys laittaa päihteidenkäyttäjän elämää järjestykseen joko läheisen tai perheenjäsenen itsensä aloitteesta. Nämä käännteet eivät kuitenkaan kantaneet tai niiden ajateltiin tapahtuneen liian myöhään.

Useissa kertomuksissa pohjustus oli perinpohjaista ennen siirtymistä käsittelemään varsinaista kuolemaa. Kertomuksissa ensireaktiot kuolemaan vaihtelivat. Jotkut kertoivat menneensä suoraan shokkiin, toiset pysyivät rauhallisina tiedon saatuaan. Useissa kertomuksissa tunnelma kuvattiin epäuskoisena, kuin itse olisi ollut ulkopuolinen tai oma maailma olisi pysähtynyt, vaikka ajankulku jatkui. Joissakin kertomuksissa poliisin toiminta koettiin loukkaavana, sillä poliisi oli ilmoittanut kuolemasta puhelimitse. Myös ensiavun sairaanhoitaja ja yhden haastateltavan työnantaja mainittiin kerrottaessa epäasiallisesta kohtelusta. Epäasiallisuudet kumpusivat yhtäältä päihdekuoleman aiheuttaman surun epäoikeuttamisesta ja toisaalta normatiivisista surukäsityksistä, jotka eivät anna tilaa yksilölliselle surulle. Tilanne,

jossa läheinen saa tiedon kuolemasta, oli kertomuksissa hyvin sensitiivinen ja latautunut. Useimmat tähän tutkimukseen osallistuneista läheisistä olivat pelänneet perheenjäsenensä kuolemaa jo pitkän aikaa, mikä ei kuitenkaan määrittänyt mitään tiettyä tapaa suhtautua suru-uutiseen.

Kertomuksissa menetys näkyi tuskaisena kuoleman ensihetkillä. Aika heti kuoleman jälkeen oli pitkään epäuskoa tapahtumaa kohtaan. Yhdessä kertomuksessa läheinen tunsi, ettei halunnut elää hetkiä ilman poikaansa ja pakeni tilannetta omalla alkoholinkäytöllään. Tämä oli tietynlainan aikalisä tuskaisimman vaiheen elämiseksi. Joissakin kertomuksissa läheiset kertoivat käsittäneen tapahtunutta hieman enemmän nähtyään ja kosketettuaan kuollutta perheenjäsentään. Myös suruviestin vieminen muulle perheelle ja läheisille sai käsittämään asian yhä enemmän todeksi. Kuoleman käsittäminen tai niin sanottu todeksi muuttuminen ei siis näyttäydä tämän tutkielman tulosten perusteelta suoraviivaiselta, pelkkään ajatustyöhön perustuvalta prosessilta.

Erityisesti kuoleman jälkeisissä ensihetkissä korostui myös tekemisen helpottava aspekti. Ensihetkiin liittyvä ajallinen ulottuvuus korosti liian ajan ja omien ajatusten vaikeaa yhtälöä. Tällöin toiminnallisuus koettiin helpottavana, mikäli tekeminen oli itselle mielekäästä. Erityisesti yhdessä kertomuksessa hautajaiset näyttäytyivät tällaisena mielekkäänä tekemisenä ja myös mieleenpainuvana kokemuksena kaikille paikalla olleille. Toisaalta päihdekuolemaan liittyvä byrokratia tuntui monista hyvin raskaalta ja turhaltakin siihen nähden, että kuollut perheenjäsen oli useimmiten täysin varaton. Toiminnallisuus kertomuksissa sai aineistossa myös pakottavia merkityksiä, kun läheinen tunsi, että syystä tai toisesta esimerkiksi haudalla käymisestä muodostui pakollinen rutiini. Surun toiminnallisessa puolessa tulikin esiin tietty tasapaino, jota voi olla vaikeaa löytää: kuinka löytää aikaa omien tunteiden ja ajatusten reflektointiin sopivasti uppoamasta niihin täysin. Tai kuinka käyttää aikaa tekemiseen sopivasti hukuttamatta omaa surua täysin työhön. Nämä pohdinnat korostuivat kuoleman ensihetkillä, mutta toisaalta ne tiedostettiin myös nykyhetkeen liittyvissä pohdinnoissa.

Tutkielmani aikakehyksistä viimeinen sijoittuu kuoleman ensihetkistä nykyisyyteen ja tulevaan saakka. Tässä tutkielmassa olen puhunut surussa elämisestä tai surun ja menetyksen kanssa elämisestä surusta selviytymisen sijaan. Näin olen tehnyt siitä syystä, ettei kertomussakaan menetystä kuvailtu niin, että sen yli tulisi päästä. Sen sijaan selviytyminen saattoi

yksinkertaisesti tarkoittaa sitä, että läheinen oli päättänyt jatkaa elämistä. Monissa kertomuksissa surun kanssa olemista helpotti omista kokemuksista puhuminen ja se, että joku aidosti kuuntelee. Omille ystäville puhuminen nousi aineistossa selkeästi esiin. Erityisesti sellaiset ystävät, joilla oli jonkinlainen kosketuspinta ongelmalliseen päihteidenkäyttöön myös omien läheisten kautta, nostettiin esiin voimavarana. Myös vertaistuki koettiin helpottavana, erityisesti yhdessä kertomuksessa se koettiin kaikista tärkeimmäksi väyläksi käsitellä menetyskokemusta. Eräässä kertomuksessa mainittiin myös kirjoittaminen tapana käsitellä kokemusta. Kaiken kaikkiaan tutkielmani aineistossa siis korostuu menetyskokemuksen sanallistamisen tärkeys eri muodoissaan. Tämä oli myös odotettavissa, sillä ihmiset, joilla ei ole valmiuksia kertoa kokemuksestaan, ovat luonnollisesti jääneet tämän tutkimuksen ulkopuolelle.

Aikakehyksen siirtyessä kauemmaksi kuolemasta kertomuksissa tuskan ja ahdistuksen tunteukset vähenivät, mutta suru ja ikävä ei. Kaikissa kertomuksissa surun ajeltiin kestävän niin kauan kuin itse on elossa. Monissa kertomuksissa myös ilmeni, että suhde menetettyyn perheenjäseneseen jatkuu tämän kuoleman jälkeenkin sydämessä ja ajatuksissa. Kertomuksissa korostui hyvien muistojen tärkeys ja kuinka haluttiin keskittyä hyviin asioihin jättäen raskaimmat muistot taka-alalle. Toisaalta joissakin kertomuksissa tuotiin selkeästi esille, että kuolleen perheenjäsenen elämään kuului myös päihteidenkäyttö, vaikka sitä läheisen olisikin vaikea muistella. Kertomuksissa ilmeni myös ristiriitaisia tunteita liittyen menetyskokemukseen. Kaikissa kertomuksissa kuvattiin jonkinlaista helpotuksen tunnetta. Helpotusta koettiin siitä, että kuolema oli lopulta tapahtunut rauhallisesti, eikä esimerkiksi väkivaltaisesti, kuten läheinen oli saattanut pelätä jo vuosia. Helpotusta ja lohtua toi myös se, että perheenjäsen on nyt turvassa eikä hänen enää tarvitse kärsiä. Kertomuksissa häpeän tunne ei ilmennyt suorasti kertomuksissa kuolemaan liittyen. Jotkut eivät olleet kertoneet kaikille, että perheenjäsen oli kuollut päihteisiin. Toisaalta taustalla oli tietynlaista stigmatisoinnin tematiikkaa, mutta myös muita syitä. Keskustelukumppania haluttiin suojella tai muusta syystä ei tuntunut sopivalta kertoa päihteiden osuudesta kuolemaan. Kertomiseen liittyi siis paljon tilannesidonaisuutta.

Kuoleman merkityksellistäminen tuli tutkielmassani ilmi eri tavoin. Joissakin kertomuksissa merkityksen tai tarkoituksen etsiminen kuolemalle oli hyvin ilmeistä. Esimerkiksi haluttiin, että jotain hyvää voisi syntyä perheenjäsenen kuolemasta. Tämä ilmeni juuri oman kokemuk-

sen jakamisena ja vertaistuen antamisena. Motiivina saattoi olla jonkun toisen päihteidenkäyttäjän elämän säästäminen tai vertaistuen antaminen menetyksen kokeneelle läheiselle. Toisaalta merkityksellistäminen osoittautui myös hyvin vaikeaksi, sillä rakkaan ihmisen pitkään kestäneelle kärsimykselle voi olla mahdoton löytää tarkoitusta. Tutkielmassani menetykskokemuksen aikakehys ulottui tulevaan saakka. Kertomuksissa yhteisen tulevaisuuden menettäminen ilmeni kipeänä tosiasiana, jonka seuraukset huolettivat läheisiä. Jotkut äideistä toivat esille, että lapsen kuolema on heille tarkoittanut myös sitä, että he eivät tule saamaan lapsenlapsia. Kertomuksissa otettiin esille myös se, ettei voi tietää mitä muotoja suru tulevaisuudessa saa ja voiko se vaikka nousta muistisairauden yhteydessä taas hallitsemattomammaksi. Toisaalta menetyksen merkityksenä nousi esiin myös sen oivaltaminen, että tulevasta ei voi tietää, vaan elämä tapahtuu aina tässä hetkessä.

5.2 Johtopäätöksiä ja pohdintaa

Tutkiessani päihteidenkäyttäjien läheisten kokemuksia ilmeni, että kysymykset kuolemasta ja menetyksestä ovat olleet osana elämää mahdollisesti jo pitkään. Tutkielmani tulosten pohjalta asetan kyseenalaiseksi dikotomisen suhtautumisen elämän ja kuoleman kysymyksiin. Kuolema on hivuttautunut osaksi läheisen elämää, joillakin hyvin äkillisesti, toisilla taas vähitellen. Dikotominen suhtautuminen asettuu kyseenalaiseksi myös siten, että menetyksen käsittäminen ei tapahdu joko-tai -tyyppisesti, vaan kuolema tulee todemmaksi vähitellen. Ymmärrykseni mukaan kuoleman vähittäinen todeksi tuleminen ilmentää ihmisen holistista olemassaoloa, sillä kuoleman käsittäminen tapahtuu sekä fyysisesti, psyykkisesti että sosiaalisesti. Tästä näkökulmasta sosiaalityön holistinen ihmiskuva soveltuu erinomaisen hyvin menetyksen tutkimisen lähtökohdaksi.

Menetyksen sosiaalinen aspekti nousee esiin myös toisella tapaa. Tutkielmani tuloksista ilmenee, että sosiaalinen side perheenjäsenen ei välttämättä katkea fysiologisen kuoleman seurauksena. Kertomuksissa tuli ilmi, että kuolleen perheenjäsenen kanssa kommunikointiin edelleen ja hänen ajateltiin säilyvän läheisen sydämessä, ajatuksissa ja muistoissa. Tämäkin kyseenalaistaa liian dikotomista ajattelua siitä, onko kuollut ihminen poissa vai täällä edelleen. Kuollutta ihmistä ei tarvitse unohtaa jatkaakseen itse elämistä. Toisaalta on myös tärkeä

tiedostaa, että kaikki eivät koe siteen jatkuvan ihmisen kuoltua. Christine Valentine (2008) huomauttaa, että niin sanotusta jatkuvan siteen teoriastakaan ei saa tulla uutta ortodoksiaa surututkimuksessa, sillä kaikki eivät nimittäin koe siteen jatkuvan.

Tutkimustulosteni perusteella haluan nostaa esiin myös menetykseen ja suruun liittyvän ajallisuuden ja ajattomuuden. Perinteistä ajatusta suruajasta on alettu yhä vahvemmin haastamaan. Kun surua ei nähdä aikalisänä normaalista elämästä, vaan kokemuksena, joka ei lähde pois ihmisestä, ei ole tarpeen kysyä, kuinka kauan suru kestää. (Ks. Kenny ym. 2019; Pulkkinen 2016.) Myös tämän tutkielman tulokset tukevat sitä ajatusta, että surua ei voi rajata ajallisesti. Sen sijaan kuoleman ensihetkiä olen tulosten valossa nimittänyt aikalisäksi. Kun tieto kuolemasta tulee tietoisuuteen, läheisillä voi olla tarve paeta sitä hetkellisesti esimerkiksi unilääkkeiden tai alkoholin avulla. Tässä mielessä tiedon saaminen näyttäytyy liminaalisena tilana, jossa läheinen ei pysty palaamaan entiseen, mutta ei myöskään ole valmis kohtaamaan tulevaa (ks. Hakola 2014, 73). Tuskaisten ja ahdistavan suremisen loppuminen on läheiselle helpottavaa, mutta menetyskokemus ei häviä. Suru myös tulee aaltoina, joiden jatkumista tulevaisuudessa kukaan ei voi lopulta ennustaa.

Tutkielman tulosten perusteella tiedon saaminen kuolemasta on hyvin herkkä hetki ja se jää läheisen muistiin. Hetkeä tulisi kunnioittaa sensitiivisellä toiminnalla. Poliisin tai muiden suruviestiä vievien viranomaisten tulisi kertoa tapahtumista riittävästi, mutta kuitenkin alleviivaamatta vainajan päihdehistoriaa ja leimaamatta vainajaa. Toisaalta tulisi myös huomioida se, että päihteidenkäyttäjän läheiset ovat oman turvallisuutensa vuoksi oppineet olemaan vastaamatta vieraisiin numeroihin ja avaamatta ovea tuntemattomille, joten suruviestin viemiseksi voi joutua tekemään tavallista enemmän töitä.

Monilta osin tutkielmani tulokset olivat samansuuntaisia kansainvälisen päihdekuolemaa käsittelevän tutkimuksen kanssa. Päihdekuolemaa käsittelevässä tutkimuksessa nousee poikkeuksetta esiin kuolemaan johtaneet elämänvaiheet ja niin kutsuttu emotionaalinen vuoristorata (Titlestad ym. 2019). Täsmälleen samoin kuvattiin tuota elämänvaihetta tämänkin tutkielman aineistossa. Anglosaksisessa tutkimuksessa elämänvaihetta, jossa kuolema hivuttautuu osaksi elämää, kuvataan esimerkiksi termillä ‘death spiral’ (Feigelman & Feigelman & Range 2020). Myös tutkimustulokset kuolleen perheenjäsenen muistelusta ja kuoleman merkityksellistämisestä ovat monilta osin yhteneväisiä aiemman tutkimuksen kanssa (ks. esim. Guy & Holloway 2007). Stigma ei kuitenkaan noussut keskeisimmäksi teemaksi, kuten hyvin

monissa kansainvälisissä tutkimuksissa (ks. esim. Templeton ym. 2017; Walter & Ford 2018; Titlestad ym. 2019). Tutkielmassani stigmatisointi ja surun epäoikeutus nousivat esille enimmäkseen menetyksen ensihetkissä, kun epäasiallista kohtelua oli tullut poliisin, terveydenhuollon ja työnantajan tahoilta. Häpeän tunteet taas liittyivät pitkälti perheenjäsenen aktiivisen päihteidenkäytön aikaan.

Joissakin päihdekuolemaa käsittelevissä aiemmissa tutkimuksissa suruun suhtaudutaan siten, että se noudattaa tiettyä aikataulua tai prosessia ja että surukokemuksen voimakkuutta voi mitata ja vertailla (ks. esim. Feigelman & Jordan & Gorman 2011; Lambert 2018; Feigelman & Feigelman & Range 2020). Oman tutkielmani tulosten perusteella painotan kuitenkin surun ja menetykokemuksen subjektiivisuutta ja ajattomuutta. Tutkielmaani osallistuneilla perheenjäsenen menetyksestä oli kulunut muutamasta kuukaudesta lähes kahteen vuosikymmeneen. Tätä ajankulua ei kuitenkaan voinut päätellä suoraan kertomuksista. Menetyksen kokeminen on niin yksilöllistä, että surun yleispätevien vaiheiden antaminen on mahdotonta ainakin tämän tutkielman tulosten perusteella. Toisaalta tiedostan, että tutkielmani lähtökohdat olivat myös monella tapaa erilaiset suhteessa päihdekuolemasta tehtyyn aiempaan tutkimukseen. Tämän tutkielman lähtökohta oli narratiivinen ja kerrontalähtöinen. Olin kiinnostunut siitä, mitä päihteisiin kuolleiden läheiset itse nostavat esiin kokemastaan. Myös suhtautumiseni suruun ja menetykseen poikkeaa monista aiemmista päihdekuolemaa käsittelevistä tutkimuksista. Tutkielmassani en ole pitänyt päihdekuolemaan liittyvää surua automaattisesti tai lähtökohtaisesti traumaattisena tai komplisoituna. Sen sijaan en kiellä, että päihteisiin kuolleiden läheisten suru voisi olla ja usein varmasti onkin myös traumaattista tai komplisoitua. Tutkielmani aineistostakin ilmeni, että jotkut olivat tarvinneet pitkäaikaisempaa tukea, kuten psykoterapiaa, menetykokemuksensa käsittelyn avuksi.

On syytä pitää mielessä, että tutkielmani aineisto koostui vain kuudesta kertomuksesta. Näin ollen tutkimustuloksia ei voi yleistää koskemaan päihteisiin kuolleiden läheisiä yleisesti. Tutkielmassani en ole siihen myöskään pyrkinyt. Tämän tutkielman tavoitteena oli lisätä tietoa päihdekuolemasta läheisen näkökulmasta katsottuna. Tutkimusaiheena se on kansainvälisestikin katsoen melko vähän tutkittu, jos verrataan esimerkiksi itsemurhan tehneiden läheisiin, vaikka ilmiöt toki limittyvät monin tavoin. Erityisesti tutkimuksen vähyydestä johtuen halusin toteuttaa tutkielmani kerrontalähtöisesti, jotta tutkielmaan osallistuneilla läheisillä olisi

mahdollisimman suuri vapaus kertoa kokemastaan siten, kuin itse haluavat. Pienestä tutkimusjoukosta huolimatta katson kuitenkin, että tutkielmani on onnistunut tuottamaan arvokasta tietoa läheisen näkökulmasta.

Kerrontalähtöisyys oli myös aineiston analyysissä keskeinen periaate. Olen tyytyväinen, että en lähtenyt rajaamaan näkökulmaa esimerkiksi kokemuksen stigmaattisuuteen liikaa aineiston keruuvaiheessa, koska se olisi todennäköisesti jättänyt tutkielman ulkopuolelle monia nyt esille nousseita näkökulmia. Koen myös, että narratiivinen ote tutkimuksessa auttoi minua säilyttämään avoimuuden tutkittavaa ilmiötä kohtaan, vaikka en kiistäkään omien ennako-asenteideni ja -tietojeni olemassaoloa. Koin myös tärkeänä sen, että jotkut haastateltavista totesivat, että heille oli tärkeää kertoa oma tarinansa kokonaisuudessaan. Jälkeenpäin olen pohtinut, että olisipa minulla ollut uskallusta toteuttaa haastattelut vieläkin narratiivisemmalla otteella, jopa yhden kysymyksen haastatteluina.

Aineiston analyysissä koin välillä ongelmalliseksi sen, että yksi kertomus oli sisaren ja loput kuusi äitien. Eettisistä syistä en pitänyt mahdollisena sitä, että yhden henkilön kokonaisen kertomuksen seuraaminen analyysistä olisi mahdollista, mutta koin silti tärkeänä tuoda esiin myös sisaruksen näkökulman erityispiirteitä. En kuitenkaan halunnut jättää sisaruksen kertomusta tutkimuksen ulkopuolelle. Päihdekuolemaa on tutkittu niin vähän, että koen mahdollisimman moninäkökulmaisen tutkimuksen tervetulleeksi tässä vaiheessa. Lisäksi ajattelen, että olisi eettisesti arveluttavaa tehdä haastattelu näin sensitiivisestä aiheesta, ja sitten jättää se pois tutkielmasta helpottaakseni omaa tehtävääni tutkielman tekijänä.

Tutkielmani pohjalta on noussut useitakin mielestäni kiinnostavia jatkotutkimuksen aiheita. Ensinnäkin päihdekuoleman aiheuttaman surun tutkiminen pitkittäistutkimuksena avaisi kiinnostavan näkökulman surun ajallisuuden ja ajattomuuden teemoihin. Tässä tutkielmassa olin kiinnostunut siitä, mitä läheiset kertovat menetykokemuksestaan. Analyysiprosessissa heräsi kuitenkin myös mielenkiinto sitä kohtaan, miten menetyksestä puhutaan. Kertomuksissa oli hyvin erilaisia tapoja sanoittaa kokemuksia. Jotkut esimerkiksi välttivät käyttämästä sanaa kuolla ja puhuivat mieluummin menehtymisestä. Jotkut puhuivat kuoleman sijaan poismenosta. Tällainen diskurssianalyttisesti orientoitunut tutkimus menetyksestä paljastaisi myös paljon siitä sosiaalisesta tarinavarannosta kumpuavasta sanavarastosta, joka meillä on käytössämme puhuessamme kuolemasta ja surusta. Jatkotutkimusaiheista tärkeimpänä haluan kuitenkin nostaa tarpeen tutkia päihteidenkäyttäjien kokemuksia päihdekuolemista.

Tällaista tutkimusta on kansainvälisestikin todella niukasti, vaikka päihteidenkäyttäjät kohtaavat päihdekuolemia kaikista eniten läheisen roolissa (Wojtkowiak & Vanherf & Schuhmann 2019, 123). Tämän tutkielman aineistossa yhdessä kertomuksessa nousi esiin kuolleen pojan päihteitä käyttävät ystävät, jotka olivat osallistuneet hautajaisiin ja keskustelleet äidin kanssa menetyksestä. Aiemman tutkimuksen puuttuessa oletan, että tällainen on harvinaista. Tästä nousee tarve tutkia, kuinka päihteitä käyttävillä ystävillä on yleisesti ottaen mahdollisuuksia tai tilaa surra menetystä.

On esitetty, että julkisuudessa huumekuolemalle kasvot antavissa tunteikkaissa kertomuksissa vanhempiin ja kuolleisiin nuoriin olisi helppo samastua (Salasuo ym. 2007, 10). Tämän tutkielman pohjalta näen asian pikemminkin niin, että läheisten kokemukset voivat pyrkiä korostamaan esimerkiksi perheen tavallisuutta sekä sitä, että erityispiirteistä huolimatta päihdekuoleman aiheuttama suru on surua siinä missä mikä tahansa suru, kun perheenjäsen on kuollut. Monille läheisille motiivi osallistua tähänkin tutkielmaan oli lisätä tietoa ja keskustelua päihdekuolemista. Menetyskokemuksista kertomalla päihdekuolemaa koskeva sosiaalinen tarinavaranto karttuu, mikä antaa meille kaikille valmiuksia puhua päihdekuolemasta sekä kohdata sen kokeneita läheisiä.

6 LÄHTEET

Aaltonen, Tarja & Leimumäki, Anna (2010) Kokemus ja kerronnallisuus – kaksi luentaa. Teoksessa Johanna Ruusuvuori & Pirjo Nikander & Matti Hyvärinen (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino.

Aho, Anna Liisa (2010) Isän suru lapsen kuoleman jälkeen. Tuki-interventio ja sen arviointi. Akateeminen väitöskirja, Tampereen yliopisto, lääketieteellinen tiedekunta. Tampere: Tampereen Yliopistopaino.

Alasuutari, Pertti (2011) Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.

Archer, John (2008) Theories of Grief: Past, Present, and Future Perspectives. Teoksessa Margaret S. Stroebe, Robert O. Hansson, Henk Schut & Wolfgang Stroebe (toim.) Handbook of Bereavement Research and Practice. Advances in Theory and Intervention. Washington, DC: American Psychological Association, 45-65.

Burr, Vivien (2003) Social Constructionism. 2. painos. Lontoo: Routledge.

Bärlund, Katariina (2019) Äitien alle yksivuotiaisiin lapsiinsa kohdistamat henkirikokset, niiden yritykset ja väkivalta mielentilatutkimusasiakirjoissa: Narratiivinen tutkimus. Akateeminen väitöskirja, Helsingin yliopisto, valtiotieteellinen tiedekunta.

Chase, Susan E. (2018) Narrative Inquiry. Toward Theoretical and Methodological Maturity. Teoksessa Norman K. Denzin & Yvonna S. Lincoln (toim.) The Sage Handbook of Qualitative Research, 5. painos. Los Angeles: Sage, 546-560.

Doka, Kenneth J. (2008) Disenfranchised Grief in Historical and Cultural Perspectives. Teoksessa Margaret S. Stroebe, Robert O. Hansson, Henk Schut & Wolfgang Stroebe (toim.) Handbook of Bereavement Research and Practice. Advances in Theory and Intervention. Washington, DC: American Psychological Association, 223-240.

Dyregrov, Kari & Møgster, Birthe & Titlestad, Kristine Berg & Løseth, Hilde Margit & Lorås, Lennart (2018) Den spesielle sorgen ved narkotikarelatert død. Psyke & Logos, 38 (1), 92-109.

Erjanti, Helena (1999) From Emotional Turmoil to Tranquility. Grief as a Process of Giving in. A Study on Spousal Bereavement. Akateeminen väitöskirja, Helsingin yliopisto, lääketieteellinen tiedekunta.

Erkkilä, Raija (2008) Narratiivinen kokemuksen tutkimus: koettu paikka, tarina ja kuvaus. Teoksessa Juha Perttula & Timo Lomama (toim.) Kokemuksen tutkimus. Merkitys - tulkinta - ymmärtäminen. Rovaniemi: Lapin Yliopistokustannus, 195-226.

Euroopan huumeraportti (2019) Suuntauksia ja muutoksia. Euroopan huumausaineiden ja niiden väärinkäytön seurantakeskus. https://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/11364/20191724_TDAT19001FIN_PDF.pdf Luettu 17.10.2020.

Feigelman, William & Feigelman, Beverly & Range, Lillian M. (2020) Grief and Healing Trajectories of Drug-Death-Bereaved Parents. *Omega: Journal of Death and Dying*, 80 (4), 629-647.

Feigelman, William & Jordan, John R. & Gorman, Bernard S. (2011) Parental grief after a child's drug death compared to other death causes: Investigating a greatly neglected bereavement population. *Omega: Journal of Death and Dying* 63 (4), 291-316.

Feigelman, William & Jordan, John R. & McIntosh, John L. & Feigelman, Beverly (2012) *Devastating Losses: How Parents Cope With the Death of a Child to Suicide or Drugs*. New York: Springer Publishing Company.

Field, Nigel P. (2008) Whether to Relinquish or Maintain a Bond With the Deceased. Teoksessa Margaret S. Stroebe, Robert O. Hansson, Henk Schut & Wolfgang Stroebe (toim.) *Handbook of Bereavement Research and Practice. Advances in Theory and Intervention*. Washington, DC: American Psychological Association, 113-132.

Field, Nigel P. & Worgin, Carol (2011) The Changing Bond in Therapy for Unresolved Loss. An Attachment Theory Perspective. Teoksessa Robert A. Neimeyer, Darcy L. Harris, Howard R. Winokuer & Gordon F. Thornton (toim.) *Grief and Bereavement in Contemporary Society : Bridging Research and Practice*. New York: Routledge, 37-46.

Ford, Allison & McKell, Jennifer & Templeton, Lorna & Valentine, Christine (2018) The impact of a substance-related death. Teoksessa Christine Valentine (toim.) *Families Bereaved by Alcohol or Drugs. Research on Experiences, Coping and Support*. Oxfordshire: Routledge, 43-66.

Forte, James A. (2014) *An Introduction to Using Theory in Social Work Practice*. Taylor & Francis.

Frankl, Viktor E. (1978[1963]) *Ihmisyiden rajalla*. Englanninkielinen alkuperäisteos *Man's Search for Meaning*. Keuruu: Otava.

Gillies, James & Neimeyer, Robert A. (2006) Loss, Grief, and the Search for Significance: Toward a Model of Meaning Reconstruction in Bereavement. *Journal of constructivist psychology*, 19 (1), 31-65.

Goffman, Erving (1963) *Stigma. Notes on the management of spoiled identity*. New York: Simon & Schuster Inc.

Goldsworthy, Kellie K. (2005) Grief and loss theory in social work practice: All changes involve loss, just as all losses require change. *Australian social work*, 58 (2), 167-178.

Granfelt, Riitta (2002) *Pahasta kirjoittaminen*. Teoksessa Merja Laitinen & Johanna Hurtig (toim.) *Pahan kosketus. Ihmisyyden ja auttamistyön varjojen jäljillä*. Keuruu: PS-Kustannus, 127-141.

Guy, Philip & Holloway, Margaret (2007) Drug-related Deaths and the 'Special Deaths' of Late Modernity. *Sociology*, 41, 1, 83-96.

Hakola, Outi (2014) Kuoleman kokemus. Teoksessa Outi Hakola, Sari Kivistö & Virpi Mäkinen (toim.) Kuoleman kulttuurit Suomessa. Helsinki: Gaudeamus, 65-83.

Hakola, Outi & Kivistö, Sari & Mäkinen, Virpi (2014) Johdanto. Teoksessa Outi Hakola, Sari Kivistö & Virpi Mäkinen (toim.) Kuoleman kulttuurit Suomessa. Helsinki: Gaudeamus, 9-22.

Hatch, J. Amos & Wisniewski, Richard (1995) Life history and narrative: questions, issues, and exemplary works. Teoksessa J. Amos Hatch & Richard Wisniewski (toim.) Life History and Narrative. Lontoo: The Falmer Press, 113-135.

Heikkinen, Hannu L. T. (2010) Narratiivinen tutkimus – todellisuus kertomuksena. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Juva: PS-Kustannus, 143-159.

Hurme, Toivo & Kotovirta, Elina (2005) Huumekuolemien raportoinnin ongelmallisuus. Yhteiskuntapolitiikka 70 (2), 223-224.

Hydén, Lars Christer (2008) Analys av berättelser i forskningsintervjuer. Teoksessa Sam Larsson, Yvonne Sjöblom & John Lilja (toim.) Narrativa metoder i socialt arbete. Lund: Studentlitteratur, 111-132.

Hyvärinen, Matti (2010) Haastattelukertomuksen analyysi. Teoksessa Johanna Ruusuvuori & Pirjo Nikander & Matti Hyvärinen (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino, 90-118.

Hyvärinen, Matti & Löyttyniemi, Varpu (2005) Kerronnallinen haastattelu. Teoksessa Johanna Ruusuvuori & Liisa Tiittula (toim.) Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 189-222.

Hänninen, Katariina & Kopperoinen, Markus & Laapio, Marja-Liisa & Liirus-Mäkelä, Virpi & Nurminen, Eeva (toim.) (2020) Jaettu suru – kevyempi kantaa. Opas päihdesensitiivistä surua kohtaavalle. Helsinki: Sininauhaliitto.

Hänninen, Katariina & Laapio, Marja-Liisa & Liirus-Mäkelä, Virpi & Nurminen, Eeva (toim.) (2017) Päihdekuolema ja vaiettu suru. Helsinki: Sininauhaliitto.

Hänninen, Vilma (2000) Sisäinen tarina, elämä ja muutos. Akateeminen väitöskirja, Tampereen yliopisto, yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Tampere: Tampereen yliopistopaino.

Hänninen, Vilma (2010) Narratiivisen tutkimuksen käytäntöjä. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Juva: PS-Kustannus, 160-178.

Juhila, Kirsi (2004) Leimattu identiteetti ja vastapuhe. Teoksessa Arja Jokinen, Laura Hutunen & Anna Kulmala (toim.) Puhua vastaan ja vaieta. Neuvottelu kulttuurisista marginaaleista. Helsinki: Gaudeamus, 20-32.

Juvonen, Tarja (2015) Sosiaalisesti kontrolloitu, hauraasti autonominen. Nuorten toimijuiden rakentuminen etsivässä työssä. Helsinki: Unigrafia.

Kaasila, Raimo (2008) Eri lähestymistapojen integroiminen narratiivisessa analyysissä. Teoksessa Raimo Kaasila & Raimo Rajala & Kari E. Nurmi (toim.) Narratiivikirja: Menetelmiä ja esimerkkejä. Rovaniemi: Lapin Yliopistokustannus, 41-66.

Kenny, Katherine & Broom, Alex & Kirby, Emma & Ridge, Damien (2019) In one's own time: Contesting the temporality and linearity of bereavement. *Health* 23 (1), 58-75.

Kiuru, Hanna (2015) Tragedian tarina. Nuoren itsemurhaan päättynyt elämä vanhemman kertomana. Akateeminen väitöskirja, Turun yliopisto, yhteiskuntatieteellinen tiedekunta.

Koski, Kaarina (2014) Sosiaalinen kuolema. Teoksessa Outi Hakola, Sari Kivistö & Virpi Mäkinen (toim.) Kuolemankulttuurit Suomessa. Helsinki: Gaudeamus, 107-138.

Koskinen, Simo & Seppänen, Marjaana (2020) Gerontologinen sosiaalityö. Teoksessa Eino Heikkinen, Jyrki Jyrkämä, Taina Rantanen & Arpo Aromaa (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim.

Laitinen, Merja & Uusitalo, Tuula (2008) Narratiivinen lähestymistapa traumaattisen elämäkokemusten tutkimisessa. Teoksessa Raimo Kaasila & Raimo Rajala & Kari E. Nurmi (toim.) Narratiivikirja: Menetelmiä ja esimerkkejä. Rovaniemi: Lapin Yliopistokustannus, 106-150.

Lambert, Sharon (2018) Impact of Drug & Alcohol Related Deaths on Families. University College Cork: Applied Psychology.

Luomanen, Jari & Nikander, Pirjo (2017) Haavoittuvat haastateltavat? Teoksessa Matti Hyvärinen, Pirjo Nikander ja Johanna Ruusuvuori (toim.) Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino, 287-296.

McKell, Jennifer & Valentine, Christine & Walter, Tony (2018) Dealing with substance-related deaths. Teoksessa Christine Valentine (toim.) Families Bereaved by Alcohol or Drugs. Research on Experiences, Coping and Support. Oxfordshire: Routledge, 143-163.

Merrall, Elizabeth L. C. & Kariminia, Azar & Binswanger, Ingrid A. & Hobbs, Michael S. & Farrell, Michael & Marsden, John & Hutchinson, Sharon J. & Bird, Sheila M. (2010) Meta-analysis of drug-related deaths soon after release from prison. *Addiction* 105 (9), 1545-1554.

Merriam-Webster (2020) Dictionary: Bereavement, Grief, Loss, Mourning. <https://www.merriam-webster.com/> Luettu 3.11.2020.

Mäki, Netta (2010) Not in all Walks of Life? : Social Differences in Suicide Mortality. Akateeminen väitöskirja, Helsingin yliopisto, valtiotieteellinen tiedekunta.

Neimeyer, Robert A. & Sands, Diana C. (2011) Meaning Reconstruction in Bereavement: From Principles to Practice. Teoksessa Robert A. Neimeyer, Darcy L. Harris, Howard R. Winokuer & Gordon F. Thornton (toim.) Grief and Bereavement in Contemporary Society : Bridging Research and Practice. New York: Routledge, 9-22.

Nurminen, Susan (2017) Vanhempien selviytymistä edistävät ja estävät tekijät lapsen päihdekuoleman jälkeen. Pro gradu -tutkielma, Tampereen yliopisto, yhteiskuntatieteiden tiedekunta.

Oreo, Amanda & Ozgul, Salih (2006) Grief experiences of parents coping with an adult child with problem substance use. *Addiction Research and Theory*, 15(1), 71–83.

Payne, Malcolm (2014) *Modern social work theory*. Neljäs painos. Hampshire: Palgrave Macmillan.

Perttula, Juha (2008) Kokemus ja kokemuksen tutkimus: Fenomenologisen erityistieteen tie-teenteoria. Teoksessa Juha Perttula & Timo Latomaa (toim.) *Kokemuksen tutkimus. Merkitys - tulkinta - ymmärtäminen*. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 115-162.

Perälä, Jussi (2011) “Miksi lehmät pitää tappaa?”: Etnografinen tutkimus 2000-luvun alun huumemarkkinoista Helsingissä. Akateeminen väitöskirja, Helsingin yliopisto, valtiotieteellinen tiedekunta.

Piispa, Mikko (2011) Eivät huumeet yksin tapa – huumeisiin liittyvät kuolemat Suomessa 2007. *Yhteiskuntapolitiikka* 76 (2), 169-180.

Pirkola, Sami P. & Suominen Kirsi & Isometsä, Erkki T. (2004) Suicide in alcohol-dependent individuals: epidemiology and management. *CNS Drugs* 18 (7), 423-436.

Poiijula, Soili (2002) *Surutyö*. Helsinki: Kirjapaja.

Polkinghorne, Donald E. (1995) Narrative configuration in qualitative analysis. Teoksessa J. Amos Hatch & Richard Wisniewski (toim.) *Life History and Narrative*. Lontoo: The Falmer Press, 5-23.

Pulkkinen, Mari (2016) Salattu, suoritettu ja sanaton suru. Läheisen menettäminen kokonaisvaltaisen kokemuksena. Akateeminen väitöskirja. Helsingin yliopisto, humanistinen tiedekunta. Helsinki: Unigrafia.

Päihdehuoltolaki 1986/41. Annettu Helsingissä 17.1.1986. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041#L1P7> Luettu 17.10.2020.

Päihdetilastollinen vuosikirja (2019) Alkoholi ja huumeet. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139083/P%
c3%a4ihdetilastollinen%20vuosikirja%202019_verkkoon.pdf?sequence=7&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139083/P%c3%a4ihdetilastollinen%20vuosikirja%202019_verkkoon.pdf?sequence=7&isAllowed=y) Luettu 17.10.2020.

Rauhala, Lauri (2005) Hermeneuttisen tieteenfilosofian analyysseja ja sovelluksia. Helsinki: Yliopistopaino.

Rauhala, Pirkko-Liisa & Virokannas, Elina (2011) Sosiaalityön tutkimuksen etiikka, opettaminen ja tietoarvo. Teoksessa Aini Pehkonen & Marja Väänänen-Formin (toim.) *Sosiaalityön arvot ja etiikka*. Jyväskylä: PS-Kustannus, 235-255.

Rosenthal, Gabriele (2003) The Healing Effects of Storytelling: On the Conditions of Curative Storytelling in the Context of Research and Counseling. *Qualitative Inquiry* 9 (6), 915-933.

Rönkä, Sanna (2018) Huumeiden käyttäjien kuolemat Suomessa. Monimenetelmäinen tutkimus lääkkeellistymisen, sosiaalisen huono-osaisuuden ja huumeiden käyttökontekstien näkökulmasta. Akateeminen väitöskirja, Helsingin yliopisto, valtiotieteellinen tiedekunta.

Saari, Salli & Silver, Annira (2015) *A Bolt From the Blue: Coping with Disasters and Acute Traumas*. Lontoo: Jessica Kingsley Publishers.

Salasuo, Mikko & Vuori, Erkki & Piispa, Mikko & Hakkarainen, Pekka (2009) Suomalainen "huumekuolema" 2007. Poikkitieteellinen tutkimus oikeuslääketieteellisistä kuolinsyyasiakirjoista. Nuorisotutkimusseura, julkaisu 99. Helsinki: Yliopistopaino.

da Silva, Eroy Aparecida & Noto, Ana Regina & Formigoni, Maria Lucia O. S. (2007) Death by Drug Overdose: Impact on Families. *Journal of psychoactive drugs*, 39 (3), 301-306.

Templeton, Lorna & McKell, Jennifer & Velleman, Richard & Hay, Gordon (2018) The diversity of bereavement through substance use. Teoksessa Christine Valentine (toim.) *Families Bereaved by Alcohol or Drugs. Research on Experiences, Coping and Support*. Oxfordshire: Routledge, 112-140.

Templeton, Lorna & Valentine, Christine & McKell, Jennifer & Ford, Allison & Velleman, Richard & Walter, Tony & Hay, Gordon & Bauld, Linda & Hollywood, Joan (2017) Bereavement following a fatal overdose: The experiences of adults in England and Scotland. *Drugs : education, prevention & policy*, 24 (1), 58-66.

Templeton, Lorna & Velleman Richard (2018) Families living with and bereaved by substance use. Teoksessa Christine Valentine (toim.) *Families Bereaved by Alcohol or Drugs. Research on Experiences, Coping and Support*. Oxfordshire: Routledge, 17-42.

Tiilikainen, Marja (2004) Kerrottuja ja vaiettuja tarinoita. Somalinaiset Suomessa. Teoksessa Marja-Liisa Honkasalo, Terhi Utriainen & Anna Leppo (toim.) *Arki satuttaa. Kärsimyksiä suomalaisessa nykypäivässä*. Tampere: Vastapaino. 113-138.

Tilastokeskus (2018) Kuolemansyyt. http://www.tilastokeskus.fi/til/ksyyt/2018/ksyyt_2018_2019-12-16_kat_001_fi.html Luettu 17.10.2020.

Titlestad, Kristine Berg & Lindeman, Sari Kaarina & Lund, Hans & Dyregrov, Kari (2019) How do family members experience drug death bereavement? A systematic review of the literature. *Death Studies*, 2019-08-07, 1-14.

Titlestad, Kristine Berg & Mellinger, Sonja & Stroebe, Margaret & Dyregrov, Kari (2020) Sounds of silence. The "special grief" of drug-death bereaved parents: a qualitative study. *Addiction research & theory*, 2020-04-20, 1-11.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2019) Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019.

Uusitalo, Tuula (2006) Miten päästä yli mahdottoman? Narratiivinen tutkimus itsemurhame-netyksistä. Akateeminen väitöskirja, Lapin yliopisto, kasvatustieteellinen tiedekunta. Ro-va-niemi: Lapin Yliopistopaino.

Vainio, Susanna (2017) Vanhempien suruprosessi lapsen päihdekuoleman jälkeen. Pro gradu -tutkielma, Tampereen yliopisto, yhteiskuntatieteiden tiedekunta.

Valentine, Christine (2006) Academic constructions of bereavement. *Mortality*, 11 (1), 57-78.

Valentine, Christine (2008) Bereavement Narrative. Continuing bonds in the twenty-first century. Lontoo: Routledge.

Valentine, Christine (2010) The role of the corpse in bereavement. *2010 Funeral Director Monthly*, 93 (11), 1-4.

Valentine, Christine (2018) Families Bereaved by Alcohol or Drugs. Research on Experi-ences, Coping and Support. Oxfordshire: Routledge.

Valentine, Christine & Bauld, Linda (2018) Coping. Teoksessa Christine Valentine (toim.) Families Bereaved by Alcohol or Drugs. Research on Experiences, Coping and Support. Ox-fordshire: Routledge, 13-15.

Valentine, Christine & Bauld, Linda & Walter, Tony (2016) Bereavement Following Sub-stance Misuse: A Disenfranchised Grief. *Omega Journal of Death and Dying*, 72 (4), 283-301.

Valentine, Christine & Templeton, Lorna (2018) Remembering a life that involved substance use. Teoksessa Christine Valentine (toim.) Families Bereaved by Alcohol or Drugs. Research on Experiences, Coping and Support. Oxfordshire: Routledge, 90-111.

Valentine, Christine & Walter, Tony (2015) Creative Responses to a Drug- or Alcohol-Re-lated Death: A Sociocultural Analysis. *Illness, Crisis and Loss*, 23, 4, 310-322.

Walter, Tony & Ford, Allison (2018) Managing stigma. Teoksessa Christine Valentine (toim.) Families Bereaved by Alcohol or Drugs. Research on Experiences, Coping and Sup-port. Oxfordshire: Routledge, 67-89.

Weiss, Robert S. (2008) The Nature and Causes of Grief. Teoksessa Margaret S. Stroebe, Robert O. Hansson, Henk Schut & Wolfgang Stroebe (toim.) Handbook of Bereavement Re-search and Practice. Advances in Theory and Intervention. Washington, DC: American Psy-chological Association, 29-44.

White, Simon R. & Bird, Sheila M. & Merrall, Elizabeth L. C. & Hutchinson, Sharon J. & Vrana, Kent E. (2015) Drugs-Related Death Soon after Hospital Discharge among Drug

Treatment Clients in Scotland: Record Linkage, Validation, and Investigation of Risk-Factors. PloS one, 10 (11), 1-12.

Who (2020a) Alcohol. https://www.who.int/health-topics/alcohol#tab=tab_1 Luettu 28.10.2020.

Who (2020b) Opioid overdose. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/opioid-overdose> Luettu 28.10.2020.

Wojtkowiak, Joanna & Vanherf, Noémie C. & Schuhmann, Carmen M. (2019) Grief in a biography of losses: Meaning-making in hard drug users' grief narratives on drug-related death. Death Studies, 43 (2), 122-132.

LIITTEET

Liite 1. Kirjoituspyyntö

Onko läheisesi kuollut päihteisiin?

Olen sosiaalityön maisteriopiskelija Helsingin yliopistosta ja teen pro gradu -tutkielmaa aiheesta päihdekuolema läheisen kertomana.

Tällä kirjoituspyynnöllä pyrin tavoittamaan henkilöitä, joiden läheinen on kuollut päihteisiin. Läheinen voi olla perheenjäsen, ystävä tai kuka vain sinun elämässäsi merkityksellinen henkilö. Toivon, että voisit kirjoittaa minulle kokemuksistasi liittyen läheisesti kuolemaan.

Voit kirjoittaa aiheesta hyvin vapaamuotoisesti ja omasta näkökulmastasi. Kirjoituksella ei ole mitään muoto- tai pituusvaatimuksia, ja myös lyhyemmistä kirjoituksista on hyötyä. Mikäli tarvitset jotain alkuun pääsemiseksi, voit halutessasi hyödyntää seuraavia apukysymyksiä:

- Miten läheisesi päihteidenkäyttö vaikutti elämääsi ennen hänen kuolemaansa?
- Miltä sinusta tuntui, kun sait tietää läheisesi kuolemasta? Miltä se tuntuu nyt?
- Miten sinut on kohdattu läheisesi kuoleman jälkeen? Mitä olisit toivonut kohtaamisilta?

Nämä ovat vain kirjoituksen avuksi tarvittaessa. Oleellista on, että kirjoitat niistä aiheista, jotka sinä koet tärkeäksi käsitellä kirjoituksessasi.

Käsittelen saamani kirjoitukset luottamuksellisesti. Kirjoituksia ei tule lisäkseni näkemään kukaan muu. Analysointivaiheessa muutan kirjoitusten yksityiskohtia (esimerkiksi nimet, paikat, tunnistettavat ilmaisut ja tapahtumakulut) tunnistamisen välttämiseksi. Tapahtumien tarkkojen yksityiskoh- tien avaaminen ei ole tutkimuksen kannalta välttämätöntä. Toivon, että mainitset oman ikäsi. Tutkimukseni valmistuttua tuhoan kirjoitukset tietoturvalisest.

Toimittamalla kirjoituksesi minulle annat luvan sen käsittelyyn, analysoimiseen ja käyttämiseen osana pro gradu –tutkielmaani. Tutkielmaani ohjaa sosiaalityön yliopistonlehtori Tarja Juvonen.

Jos haluat lisätietoa ennen kirjoituksen lähettämistä, voit ottaa yhteyttä sähköpostitse. Toivon si-
nun lähettävän kirjoituksesi minulle viimeistään 15.12.2019 sähköpostilla tai postilla osoitteeseen:

[sähköpostiosoite]

Tiina Erkkilä

c/o Tarja Juvonen

[osoite]

Liite 2. Haastattelupyyntö

Haastattelupyyntö päihteisiin kuolleiden läheisille

Olen sosiaalityön maisteriopiskelija Helsingin yliopistosta ja teen pro gradu -tutkielmaa läheisensä päihteisiin menettäneiden ihmisten kokemuksista. Läheinen voi olla perheenjäsen, ystävä tai kuka vain sinun elämässäsi merkityksellinen henkilö. Aihetta on tutkittu Suomessa hyvin vähän, joten kokemusperäinen tieto on tarpeen.

Tutkimustani varten etsin kokemastaan kertomaan ihmisiä, joiden läheinen on kuollut päihteiden vuoksi. Tutkimus toteutetaan **yksilöhaastatteluna toivomassasi paikassa tai puhelimitse**.

Äänitän haastattelut ja käsittelen haastatteluaineistoa luottamuksellisesti. Tarvittaessa muutan haastatteluaineiston yksityiskohtia (esimerkiksi nimet, paikat, tunnistettavat ilmaisut) tunnistamisen välttämiseksi. Valmis tutkielma julkaistaan mahdollisesti Helsingin yliopiston avoimessa julkaisuarkistossa.

Tutkielmaani ohjaa sosiaalityön yliopistonlehtori Tarja Juvonen.

Mikäli olet kiinnostunut osallistumaan haastatteluun tai haluat lisätietoa, ottaisitko minuun yhteyttä mahdollisimman pian sähköpostitse tai puhelimitse [sähköposti] / [puhelinnumero].

Ystävällisin terveisin ja avusta kiittäen

Tiina Erkkilä

Liite 3. Suostumuslomake

Suostumuslomake haastattelututkimukseen osallistumisesta

Suostun osallistumaan sosiaalityön maisteriopiskelija Tiina Erkkilän pro gradu –tutkielmaa varten tehtävään haastatteluun. Tutkielma tehdään Helsingin yliopistoon, valtiotieteelliseen tiedekuntaan. Tutkielman nimi on haastatteluvaiheessa ”Päihdekuolema läheisen kertomana” (lopulliseen tutkielmaan nimi voi muuttua).

Pro gradu –tutkielma käsittelee päihteisiin kuolleiden ihmisten läheisten kokemuksia. Päihdekuolemaa tarkastellaan haastateltavan näkökulmasta. Kiinnostuksen kohteena on se, kuinka omaisen päihteiden käyttö ja päihdekuolema ovat vaikuttaneet haastateltavan elämään, millaisia tunteita siihen liittyy ja kuinka haastateltava on tullut kohdatuksi kuoleman jälkeen.

Annan suostumukseni siihen, että haastattelu nauhoitetaan ja sen jälkeen muutetaan tekstitiedostoksi. Suostun siihen, että opiskelija analysoi haastatteluaineistoa ja käyttää mahdollisesti myös suoria sitaatteja pro gradu –tutkielmassaan.

Opiskelija sitoutuu käsittelemään haastatteluaineistoa luottamuksellisesti ja tuhoaa haastatteluaineiston tutkielman valmistuttua, kuitenkin viimeistään vuoden kuluttua haastattelusta. Opiskelija suojelee haastateltavan anonymiteettia ja tarvittaessa muuttaa haastatteluaineiston yksityiskohtia (esimerkiksi nimet, paikat ja tunnistettavat ilmaisut) tunnistamisen välttämiseksi.

Olen tietoinen, että valmis pro gradu –tutkielma voidaan julkaista Helsingin yliopiston avoimessa julkaisuarkistossa (Helda).

Ymmärrän, että osallistuminen tutkimukseen on vapaaehtoista ja voin peruuttaa tai keskeyttää haastattelun syytä ilmoittamatta.

Paikka ja aika

haastateltavan allekirjoitus

Paikka ja aika

haastattelijan allekirjoitus